

Rüsselsheimer Selbsthilfegruppen stellen beim Gesundheitstag ihre Arbeit vor



Blutzucker- und Blutdruckmessungen gehören beim Gesundheitstag auch dazu. Foto: Vollformat/Volker Dziemballa

Von Daniela Ammar

RÜSSELSHEIM - Der Gesundheitstag der Selbsthilfegruppen-Arbeitsgemeinschaft (SHG-AG) Rüsselsheim, der bereits zum zehnten Mal stattfand, ist auf großes Interesse gestoßen. Schon früh fanden sich die ersten Interessierten im Rathaus ein, wo 16 Selbsthilfegruppen sowie verschiedene Verbände, Vereine und Firmen, die alle im Dienst der Gesundheit stehen, bereit dazu waren, interessierte Besucher über Maßnahmen, Kenntnisse und die neuesten Forschungsergebnisse bezüglich verschiedener Krankheiten aufzuklären.

„Menschen für Menschen“ lautet der Slogan der Selbsthilfegruppen-Arbeitsgemeinschaft Rüsselsheim, der mit drei Worten das ausdrückt, was die Vernetzung der Arbeitsgruppen seit ihrer Gründung im Jahr 1997 geschaffen hat. Immer mehr kranke Menschen oder deren Angehörige, die sich alleingelassen fühlen, bekommen in Selbsthilfegruppen neue Wege gezeigt, wie sie trotz Krankheit zurechtkommen können, oder welche Möglichkeiten der Unterstützung, Maßnahmen oder Therapien es gibt.

- [Kontakt](#)

Ehrenamtliche Helfer sind bei der Selbsthilfegruppen-Arbeitsgemeinschaft Rüsselsheim auch stundenweise jederzeit willkommen. Auch Betroffene können sich jederzeit an die SHG AG wenden.

Weitere Informationen unter www.shg-ag.de oder im Büro der SHG-AG, unter Telefon 06142 / 32240 montags bis freitags von 8.30 bis 16 Uhr.

43 Selbsthilfegruppen sind in der Arbeitsgemeinschaft vertreten

„Wir mauern nicht, wir sind offen“, beschreibt Anita Waldmann, Gründerin der SHG-AG Rüsselsheim, das Verhältnis der Selbsthilfegruppen zueinander. 43 Selbsthilfegruppen in Rüsselsheim und Umgebung sind in der Arbeitsgemeinschaft vertreten und stellen schon seit Jahren unter Beweis, wie erfolgreich das „Netzwerken“ sein kann. Bei der Aufklärung über neueste Therapiemaßnahmen und Patientenbedürfnisse wird die Selbsthilfegruppen-Arbeitsgemeinschaft von zahlreichen Ärzten unterstützt, wie auch am Samstag beim 10. Selbsthilfe-Gesundheitstag offensichtlich wurde.

Auf Nachfragen vieler Betroffener und deren Angehörigen, organisierte die Arbeitsgemeinschaft auch in diesem Jahr wieder eine Vortragsreihe, bei der zwölf Mediziner und fünf weitere Referenten in 15 Vorträgen über Krankheiten, Diagnostik und Therapien sprachen. Hierbei gab die Arbeitsgemeinschaft bewusst Ärzten aus Rüsselsheim, von denen der Großteil aus dem GPR-Klinikum stammte, den Vortritt. Gut angenommen wurden auch die Gymnastik und Shiatsu- Mitmachangebote, die nicht nur die Kräfte, sondern auch die Lebensenergie der Besucher stärken sollten.

Es ginge beim Gesundheitstag nicht um Panikmache

Dennoch waren es überwiegend Leute im gesetzten Alter, die das reichhaltige Angebot von Information am Gesundheitstag in Anspruch nahmen. „Das ist schade“, sagt Organisatorin Anita Waldmann. „Nicht nur im Hinblick auf den großen Arbeitsaufwand der Aussteller, sondern gerade auch wegen der Tatsache, dass auch junge Menschen vor Krankheiten nicht gefeit sind.“ Es ginge beim Gesundheitstag nicht um Panikmache, sondern vielmehr darum, Menschen aufzuklären, damit diese auch in jungen Jahren, bewusster mit Symptomen umgehen könnten. „Es ist gut auch beim Arzt mal kritisch nachzufragen, selbst wenn das immer noch nicht gerne gesehen wird“, sagt Waldmann, für die die Patientenbedürfnisse immer an erster Stelle stehen.

Doch nicht nur Informieren, auch Mitmachen war an den Informationsständen gefragt. Reges Interesse herrschte beispielsweise am Stand des Bundesverbandes für Gedächtnistraining, der einen Gedächtnisparcours eingerichtet hatte. „Das Denken ist offenbar schwieriger geworden“, schmunzelte hier der Stadtverordnete Hubert Bach, der sich den kniffligen Aufgaben stellte, die auf den ersten Blick doch so einfach aussahen.

Ermöglicht wurde der Tag durch ehrenamtliche Helfer

Gäbe es den Tag nicht, dann müsste man ihn erfinden“, sagte Friedel Roosen, Geschäftsführer des GPR-Klinikums, der – genau wie Oberbürgermeister Patrick Burghardt – am Samstag dem 10. Selbsthilfe-Gesundheitstag im Rathaus einen Besuch abstattete.

Ermöglicht wurde der Tag, der viele Informationen bereithielt, durch das große ehrenamtliche Engagement der vielen Helfer, die seit Jahrzehnten in den verschiedensten Selbsthilfegruppen organisiert sind und es sich zur Aufgabe gemacht haben, Anderen beratend zur Seite zu stehen.