

# Neuer Wegweiser liegt nun aus

## Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe hat weiter Zulauf im Emsland

Von Matthias Engelken

**Meppen (EL) – Eine Übersicht über alle Selbsthilfegruppen im gesamten Emsland bietet der sogenannte Wegweiser. Alle zwei Jahre wird er neu aufgelegt. Jetzt veröffentlicht die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe die Broschüre erneut.**

Rund 4000 Menschen sind in fast 200 Gruppen emslandweit in Selbsthilfegruppen organisiert. Unter dem Dach der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe, kurz KoBS, erhalten die einzelnen Gemeinschaften Unterstützung. Und die Zahl der Selbsthilfegruppierungen nimmt stetig zu. „Wir haben in diesem Jahr bereits sieben neue Selbsthilfegruppen initiiert“, erzählt Anke Wilkens von der Kontakt und Beratungsstelle. Eine Depressionsgruppe in Meppen ist darunter, ebenso ein Gesprächskreis für Eltern mit Kindern mit Autismus. Aber auch eine Gemeinschaft alleinlebender Frauen in Haren und eine Vereinigung mit Muskelerkrankungen in Lingen wurden angeschoben. Die Hauptaufgabe der KoBS ist dabei das Organisieren zu Beginn, Ansprechpartner zu finden, gleichsam mögliche Gruppenmitglieder zu suchen und einen Treffpunkt ausfindig zu machen. Hat sich die Gemeinschaft erst gebildet, halten sich die Mitarbeiterinnen im Hintergrund, stehen aber weiter bei Fragen rund um die Selbsthilfe jederzeit zur Verfü-



**Petra Hengst (l.) und Anke Wilkens von der Kontakt und Beratungsstelle für Selbsthilfe haben den neuen Wegweiser erstellt.** Engelken-Foto

gung. Wichtig für ihre Arbeit ist ein engmaschig geknüpftes Netz zu weiteren Hilfsangeboten, damit Hilfesuchende kurzfristig Unterstützung finden. Dies gilt sowohl für die gesundheitliche Vorsorge als auch bei chronischen oder seelischen Erkrankungen.

Vielfältig ist daher das Angebot für das gesamte Emsland. „Deshalb haben wir erneut eine Übersicht herausgegeben“, sagt Petra Hengst, Leiterin der KoBS. „Wir bieten damit auf fast hundert Seiten einen umfassenden Überblick über unsere Gruppen und deren The-

men“, erzählt sie. Neben den jeweiligen Kontaktdaten sind weitere Beschreibungen zu den einzelnen Gruppen aufgelistet. Im Gegensatz zu den vorherigen Wegweisern wurde beim neuen jedoch ein anderes Format gewählt. „Das ermöglichte uns eine vergrößerte Schriftbreite, und erleichtert das Lesen“, sagt Wilkens. Für sie ist das vorliegende Werk ein gutes Instrument für Menschen, um Gleichgesinnte zu finden. Finden Betroffene keine geeignete Gruppe für sich im Wegweiser, so sollen sich diese in der KoBS melden. „Denn dies ist der einfachste Weg, um Gleichgesinnte zu finden“, lädt die Sozialpädagogin ein. Wichtig ist ihr, dass mit dem vorliegenden Werk Menschen in der Region auch deutlich gemacht wird, wie hilfreich Selbsthilfe ist. Deshalb wird er an Apotheken, Arztpraxen, Städten und Gemeinden und an andere öffentliche Einrichtungen emslandweit verteilt und dort ausliegen. 6000 Stück wurden gedruckt. „Dank der Unterstützung des Landkreises Emsland, der AOK und der Förderung durch das niedersächsische Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung können wir die Broschüre kostenlos weitergeben“, dankt Hengst den Stiftern.

Der Wegweiser ist auch direkt in der KoBS, Bahnhofstraße 2, in Meppen erhältlich. Nähere Informationen gibt es unter Tel. 05931/14000, per E-Mail an [kontakt@selbsthilfe-emsland.de](mailto:kontakt@selbsthilfe-emsland.de) und auf [www.selbsthilfe-emsland.de](http://www.selbsthilfe-emsland.de).