Der direkte Draht ist enorm wichtig

SOZIALES Seit Anfang des Jahres ist Cordula Franke Leiterin der Selbsthilfekontaktstelle

VON MICHAEL HACKER

WILHELMSHAVEN – Ein Schicksalsschlag in der Familie, ein Unfall oder eine nicht vorherzusehende Erkrankung – das Leben kann sich für jeden einzelnen blitzartig ändern. Neben ärztlicher Hilfe kommt dann für viele auch die Selbsthilfekontaktstelle (Seko) Wittmund-Wilhelmshaven ins Spiel. Dort finden sie zu ihren Erkrankungen bzw. Behinderungen ergänzende Unterstützung und Begleitung, können sich mit Betroffenen austauschen und mitunter wichtige Tipps für das „neue" Leben erhalten.

Seit dem 1. Januar laufen die Fäden der Seko, die am Europaring 22 in Wilhelmshaven sowie Am Kirchplatz 5 in Wittmund Anlaufstellen hat, bei Cordula Franke zusammen. Sie hat Anfang des Jahres die Nachfolge von Anke Wellnitz als Leiterin übernommen, die in den Ruhestand verabschiedet wurde. „Die Arbeit mit Menschen bereitet mir viel Freude. Ich fühle mich hier zuhause", sagt die 55-Jährige nach ihren ersten Tagen.

Zuvor war die gebürtige Düsseldorferin Teilhabemanagerin in der Eingliederungshilfe und die vergangenen drei Jahre als Gleichstellungsbeauftragte bei der Stadt Wilhelmshaven tätig. Dass sie jetzt dort ist, wo sie ist, war eher Zufall. Nachdem sie im November 2020 an Sars-CoV-2 erkrankte, kam ihr rund ein Jahr später die Idee, eine Post-Covid-Gruppe zu gründen. Da sie Anke Wellnitz und die sozialpädagogische Mitarbeiterin Andrea Pohlenga bereits kannte, kam der Kontakt zustande.

„Gerade am Anfang war der Zulauf sehr gut – auch überregional, da wir eine der ersten Post-Covid-Gruppen in Niedersachsen waren", erklärt die Diplom-Sozialpädagogin. Die Leitung der Gruppe habe sie inzwischen abgegeben, um sich auf ihre neue Arbeit zu konzentrieren. Im Fokus dabei steht das Motto „Gemeinsam statt einsam". „Die Selbsthilfe ist eine Ergänzung. Gemeinsam mit Betroffenen suchen wir Wege, um mit der für sie bedrückenden Situation möglichst gut zurecht zu kommen", so Franke. „Wir zählen auf gegenseitige Unterstützung in schwierigen Phasen."

Dabei habe die Corona-Pandemie die Arbeit der verschiedenen Gruppen in den zurückliegenden zwei Jahren sehr beeinträchtigt. Statt regelmäßiger Zusammenkünfte in den Räumen der Seko, musste auf Online-Treffen gebaut werden. Dabei, so Franke, ist der direkte Austausch in der Gruppe enorm wichtig. „Einerseits werden die Gespräche vor Ort ganz anders geführt, anderseits hat auch nicht jeder die Voraussetzung, online teilzunehmen", macht die 55-Jährige das Dilemma deutlich. In solchen Fällen seien lediglich Einzelgespräche oder Telefonate eine Alternative.

Inzwischen habe sich die Situation etwas entspannt, nahezu an jedem Nachmittag seien die Räume für Treffen von Selbsthilfegruppen belegt. „Es gibt aber auch weiterhin Online-Veranstaltungen, da viele Menschen noch sehr vorsichtig oder ängstlich sind", weiß Franke. Dennoch sei es schön zu sehen, dass das alte Waschhaus am Europaring wieder „ein Ort der Kommunikation" geworden ist.

Derzeit zählt die Seko an ihren beiden Standorten rund 130 Gruppen. Besonders gut besucht seien unter anderem die Gruppen für Multiple-Sklerose, für psychische Erkrankungen wie Panik, Ängste und Zwänge, sowie die Treffen für Herz-Kreislauf-Erkrankte. „Wir können nicht medizinisch helfen, aber unser Know-How weitergeben, Kontakte vermitteln oder einfach für einen Ort des Austauschs unter Betroffenen sorgen."

Cordula Franke leitet die Selbsthilfekontaktstelle Wittmund-Wilhelmshaven. BILD: BJÖRN LÜBBE

WAS DAZU NOCH WICHTIG IST

Träger der Selbsthilfekontaktstelle (Seko) Wittmund-Wilhelmshaven ist der „Gemeinnützige Verein zur Förderung von Gesundheit und Selbsthilfe" mit Sitz in Wittmund.

Die Seko sieht sich als Entlastung für das Gesundheitssystem, in dem sie vermittelt und Ansprechpartner ist. Sie pflegt Kontakte zu Ärzten und kooperiert mit anderen Einrichtungen.

Finanziert wird die Arbeit der Seko durch die gesetzlichen Krankenkassen, das Land Niedersachsen, den Landkreis Wittmund und verschiedene projektbezogene Sponsoren.