

#ZeichenSetzen

#ZeichenSetzer Gunnar

An einem ganz normalen Arbeitstag bekommt Gunnar ungewöhnlich starke Kopfschmerzen. Er setzt sich, um eine kurze Pause einzulegen – und bricht zusammen. Diagnose: Schlaganfall. Mit 24 Jahren.

Gunnar arbeitete als Sozialarbeiter in betreuten Wohngruppe, leitet zwei Selbsthilfegruppen für suchtkranke Menschen. Dass er selbst einmal an einer Selbsthilfegruppe zu einem ganz anderen Thema teilnehmen wird, ahnt er damals nicht. Doch mit einem Schlag ist alles anders. An einem ganz normalen Arbeitstag bekommt er ungewöhnlich starke Kopfschmerzen. Er setzt sich, um eine kurze Pause einzulegen – und bricht zusammen. Diagnose: Schlaganfall. Mit 24 Jahren. Er bleibt halbseitig gelähmt, das Gesichtsfeld ist eingeschränkt.

„In Selbsthilfegruppen gibt es nicht nur hilfreiche Tipps, sondern man unternimmt auch viel und lernt tolle neue Leute kennen.“

Gunnar

Etwa zwei Jahre nach der Reha meldet sich eine Mitarbeiterin des Deutschen Roten Kreuzes bei Gunnar. Er kenne sich doch mit Selbsthilfegruppen aus. Ob er nicht Lust habe, in einer Gruppe für Schlaganfallbetroffene in Pasewalk mitzumachen. Gesagt, getan. „Aber

der Ort war für mich recht weit entfernt. Da dies auch für weitere Mitglieder der Pasewalker Gruppe zutraf beschlossen wir eine neue Gruppe in der Nähe zu gründen, in Torgelow“, erzählt er.

Gemeinsam mit anderen Interessierten macht er sich ans Werk.

Gründung, Finanzierung, Mitgliederwerbung – Gunnar hilft bei allem mit. Seit 2010 ist er Sprecher der Gruppe. Inzwischen ist die Gruppe in der ganzen Region bekannt, die Mitgliederzahlen steigen. „Wir haben einen guten Kontakt zum Ärztenetzwerk und vielen anderen Menschen und Institutionen“, sagt Gunnar.



Selbsthilfegruppe Torgelow

Das Gruppen-Motto: "Zusammen ist man weniger allein" soll dem Einzelnen Mut und Kraft geben, den Alltag unter den neuen Bedingungen anzunehmen und zu meistern.

Mehr Informationen unter www.shg-torgelow.de (<http://www.shg-torgelow.de/>)

Bei der Kampagne „Ich setze ein Zeichen“ machte der aktive Vorpommer sofort mit und postete das Motiv auf Facebook. „Unsere Gruppe setzt jedes Jahr ganz viele Zeichen. Wir sind bei vielen Veranstaltungen, informieren Menschen im Einkaufszentrum über die

Anzeichen eines Schlaganfalls oder klären am Tag gegen den Schlaganfall und dem Weltschlaganfalltag über Prävention und Selbsthilfe auf“, erzählt er.

Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe unterstützt die Gruppe zum Beispiel durch die Zusendung von Info-Materialien.

Gunnar empfiehlt Betroffenen und Angehörigen, sich eine Selbsthilfegruppe in ihrer Nähe zu suchen. „Dort gibt es nicht nur hilfreiche Tipps, sondern man unternimmt auch viel und lernt tolle neue Leute kennen.“