

## Erfahrungen zum Selbsthilfetag am 2. April 2011 in Elmshorn

Die Selbsthilfe Elmshorn, eine Interessengemeinschaft verschiedener Selbsthilfegruppen, hatte zum diesjährigen Selbsthilfetag im Kreis Pinneberg eingeladen. In mir reifte schon länger die Erkenntnis, dass mehr Öffentlichkeitsarbeit geleistet werden sollte um dem Bekanntheitsgrad der DGM in unserer Region nachzuhelfen. Aber wie?

Eine Möglichkeit ist natürlich, die Einladung zu einem Selbsthilfetag anzunehmen. Mein Mann ist gerne bereit an derartigen Aktionen teilzunehmen. Nur, leider bestehen bei ihm Mobilitätseinschränkungen auf Grund einer Mitochondriopathie. Also tragen wir dieses „große Los“ gemeinsam und ergänzen uns, wie in vielen anderen Bereichen auch.

Im Rellinger Gesprächskreis wurde der Selbsthilfetag zur Sprache gebracht. Herr Portig, ebenfalls Betroffener einer Muskelkrankheit, war sofort bereit im Rahmen seiner gesundheitlichen Möglichkeiten mitzumachen. Also beschlossen wir, wie bereits im letzten Jahr in Pinneberg, auch in der Elmshorner Marktpassage für die DGM präsent zu sein. Rasch wurde die Rellinger Gruppe zur Teilnahme in Elmshorn angemeldet. Bei dem nächsten Gruppenabend hieß es: „... und meine Frau kommt ebenfalls mit, hat sie

gesagt.“ Prima! Das ist doch Motivation und Teamarbeit!

Zwecks Anforderung des Roll up's und weiterem „Messematerial“ wurde Kontakt zu Herr Heinlein aufgenommen. Auf äußerst unkomplizierte Art und denkbar einfachem Weg brachte Frau Quaschner dieses zum nächsten Treffen mit nach Rellingen.

Dann, der „große Tag“! Völlig überraschend wurde kurz nach dem Eintreffen in Elmshorn die DGM-Gruppe besonders herzlich begrüßt. Die Worte waren: „Ich freue mich so, dass gerade Sie heute hier vertreten sind. Wissen Sie, wir haben immer wieder Anfragen wo davon ausgegangen wird, dass es sich bei Muskelerkrankungen um „MS“ handelt und dann können wir diese gleich zu Ihnen rüber schicken.“ Toll! Bei so einer Begrüßung fing der Tag ja gut an!

Es kam noch viel besser! Tische und Bänke waren inzwischen angeliefert und aufgestellt. Gerade war mit dem Auslegen von verschiedenen Flyern begonnen worden, fragte noch vor Veranstaltungsbeginn eine Passantin: „Darf ich davon eins mitnehmen?“ Selbstverständlich durfte sie einen Flyer „Neuromuskuläre Erkrankungen und Anästhesie“ mitnehmen. Diese Frau

war zuvor schon an dem DGM-Stand vorbeigeeilt und wieder zurückgekommen! Selbst während der offiziellen Eröffnungsworte gingen wir zurück an den DGM-Stand um mit unseren „Kunden“ zu sprechen und mit Informationsmaterial zu bedienen.

Der Standdienst wurde abwechselnd und variabel übernommen, was auch in diesem Jahr wieder hervorragend klappte. Insgesamt hatten wir am DGM-Stand erstaunlich viele interessierte Besucher und Gespräche.

Anscheinend sind auch bei uns im „hohen“ Norden viel mehr Menschen von Muskelkrankheiten entweder selbst betroffen, haben einen Betroffenen in der Familie/Verwandtschaft, im Bekanntenkreis, unter Mitarbeitern oder Arbeitskollegen. Ausnahmslos alle Standbesucher gehörten zu diesen Personenkreisen. Leider wurde auch eine bereits erwähnte Aussage bestätigt, denn eine Muskelkranke war tatsächlich davon ausgegangen, dass es sich bei ihrer Muskelerkrankung (Fibromyalgie-Syndrom) um „MS“ handeln würde.

Insgesamt gab es immer etwas zu erzählen und auch für uns Informationen und Austausch an anderen Ständen. Weitere Teilnehmer des Rellinger Gesprächskreises

hatten ebenfalls begeistert ihr Kommen angekündigt und ließen uns in Elmshorn nicht im Stich. Hierdurch war sogar der Rücktransport des Roll up's gleich nach Ende der Veranstaltung ins Rollen gekommen.

Dieser Selbsthilfetag hat uns allen richtig gut gefallen. Auf diese Art sammeln auch wir Erfahrungen und kommen hoffentlich unter dem Motto „DER NORDEN HOLT AUF“ weiter in Schwung!

Ein großes DANKESCHÖN geht an ALLE Beteiligten, die in irgendeiner Art und Weise zum Gelingen beigetragen haben.

Es gibt natürlich weitere Möglichkeiten zu versuchen, den Bekanntheitsgrad der DGM hier oben im Norden mit denkbar einfachen, zeitlich nur unerheblichen und möglichst kostenlosen Taten voranzubringen. Viele sind sich dessen offenbar gar nicht bewusst wie fleißig, auf aller einfachste Art und Weise, außerdem noch hoch motiviert im Team SEHR VIELE Flyer verteilt werden können.

Mit breiterer, möglichst kostenloser Werbung nach außen wird es uns hoffentlich gemeinsam gelingen weitere Mitsstreiter zu erreichen, mehr Mitglieder und Sponsoren zu gewinnen.

Vielen Dank, dass Sie diesen Beitrag gelesen haben.

*Birte Hoop*