



Elena Bittner und Anton Stumpf sind beide in einer Krebsselbsthilfegruppe. Dort finden sie Unterstützung, die sie so noch nirgends erlebt haben. Fotos: Marcus Merk

Kommentar
Selbsthilfe ist ein wertvolles Angebot



Von Bianca Dimarsico

Selbsthilfegruppen haben ein gewisses Stigma – zu Unrecht. Am bekanntesten dürfte der Zusammenschluss der Anonymous Alkoholiker, kurz AA, sein. Allein im Landkreis Augsburg gibt es mehr als eine Handvoll an Gruppen zum Thema Alkoholabhängigkeit, etwa in Schwabmünchen, Stadtbergen und Wertingen. Film und Fernsehen vermitteln ein ganz bestimmtes Bild davon, wie die Treffen ablaufen: Im Stuhlkreis sitzen die Betroffenen und sprechen einer nach dem anderen: „Hallo, ich heiße XY, und ich bin Alkoholikerin.“ Die Gruppe begrüßt unisono. Doch so ist es nicht immer: Jede Selbsthilfegruppe ist anders. Wer Hilfe benötigt, sollte sich deshalb einfach trauen.

Das gilt für jedes Thema. Denn wer auf die Vermittlungsseite der Stadt Augsburg für Selbsthilfegruppen in der Umgebung schaut, findet zu fast jedem erdenklichen Thema eine Gruppe. Aufgelistet von A wie Alzheimer oder Adipositas bis Z wie Zwänge. In Meitingen gibt es eine Gruppe für verlassene Eltern, in Diedorf eine Gruppe für Menschen, die ihre Angehörigen pflegen. Mehrere Gruppen gibt es auch bei Depressionserkrankungen, etwa in Dinkelscherben und Gersthofen. Wer selbst schon einmal in einer Selbsthilfegruppe war, weiß, dass es kaum etwas Tröstlicheres gibt, als sich mit Menschen auszutauschen, die genau das Gleiche erleben. Das Gefühl, mit seinen Problemen nicht allein zu sein, ist unglaublich wertvoll. Die Geschichten der Mitglieder der Krebsselbsthilfegruppen im Augsburger Land zeigen das eindeutig.

„Wir sind eine Familie geworden.“

Selbsthilfegruppen im Augsburger Land helfen Betroffenen von Krebs, mit ihrer Erkrankung umzugehen. Mitglieder erzählen, warum ihnen die Gruppe so wichtig ist.

Von Bianca Dimarsico

Landkreis Augsburg Wer krank ist, kümmert sich meist vorrangig um seine körperliche Gesundheit. Doch auch die mentale Gesundheit ist wichtig und manchmal schwieriger zu heilen. In Krisenzeiten geben deshalb Selbsthilfegruppen Halt und Unterstützung. Auch im Landkreis Augsburg gibt es viele Angebote, bei denen Betroffene einander helfen – unter anderem bei einer Krebserkrankung. Erkrankte oder Genesene finden hierzu mehrere Gruppen im Augsburger Land. Gruppenmitglieder erzählen, wieso der Austausch so hilfreich ist.

Elena Bittner aus Langweid bekam 2017 völlig unerwartet eine Krebsdiagnose. „Ein halbes Jahr davor war ich bei der Vorsorgeuntersuchung mit Ultraschall, da war noch alles gut“, erinnert sie sich. Dann fand sie einen Knoten in ihrer Brust, etwa vier Zentimeter breit. Seitdem hat die 65-Jährige mit der Krankheit zu kämpfen. Immer wieder hatte sie krebsfreie Zeiten – doch bisher tauchten stets neue Metastasen auf. Trotzdem genießt Bittner ihr Leben und hat das auch der Selbsthilfegruppe zu danken.

Nur wenige Monate nach der ersten Diagnose schloss sie sich der Gruppe an. „Damals war ich to-

tal verloren. Die Gruppe ist wie ein ganz großer Anker, bei dem ich Halt finde, wenn es stürmisch wird“, beschreibt Bittner es. „Ohne die Gruppe würde ich mich allein fühlen.“ Zweimal im Monat geht sie zu den Treffen in Meitingen. Dort wird nicht nur geredet. „Ich liebe die Mal- und Töpferrangebote“, erzählt sie. Einmal im Jahr macht die ganze Gruppe außerdem einen großen, gemeinsamen Ausflug. Es gehe bei den Treffen nicht ums traurig sein, sondern auch darum, gemeinsam zu lachen.

Trotz ihrer Krankheit spricht Bittner sehr positiv vom Leben. Sie werkelt gerne in ihrem Garten und möchte demnächst einen Hund aufnehmen – ein langgehegter Traum der 65-Jährigen. „Ich glaube, ich war noch nie dankbarer in meinem Leben. Ich genieße alles viel mehr und viel bewusster, weil ich mehr denn je weiß, dass mein Leben endlich ist“, sagt sie. An schweren Tagen fange sie die Unterstützung der Gruppe auf. „Wir sind eine Familie geworden“, meint Bittner. Neben der Selbsthilfegruppe helfe auch ihr Glaube ihr, schwere Situationen durchzustecken. „Ohne Gott würde ich das gar nicht schaffen“, sagt die Langweiderin. Sie würde allen Betroffenen raten, in eine Krebsselbsthilfegruppe zu gehen.

Ähnlich sieht es auch Anton Stumpf aus Biberbach. Er geht seit

18 Jahren regelmäßig zur Selbsthilfegruppe nach Meitingen. Er erkrankte damals an Darmkrebs und hat nach seiner Diagnose sofort den Austausch mit anderen Betroffenen gesucht. „Ich bin jemand, der über seine Probleme reden und sich austauschen möchte“, sagt Stumpf. „In der Gruppe kam man direkt ins Gespräch. Alle haben schließlich das gleiche Problem oder waren mal in einer ähnlichen Situation.“

Bei ihm ist der Krebs inzwischen weg. Nicht mehr in die Gruppe zu gehen, ist für Stumpf jedoch nicht vorstellbar. „Das ist wie eine Familie. Außerdem will ich ja nicht nur Hilfe empfangen, sondern auch Hilfe geben“, sagt er. Darauf ist Stumpf, der in seiner Freizeit Kinder in Karate trainiert, jedes Mal dabei. „Ich habe schon einige Erkrankte von der Gruppe überzeugen können. Ich würde das jedem empfehlen“, meint Stumpf. Natürlich gebe es auch mal traurige Momente. Etwa, wenn jemand stirbt, den man schon seit Jahren in der Gruppe gekannt hat.

Wie er betont, wissen er und die anderen Mitglieder vor allem das Engagement von Gruppenleitern Gudrun Krumschmidt zu schätzen. „Ihr Einsatz ist mit nichts zu vergleichen. Sie opfert sich ständig für andere auf“, sagt Stumpf. Für ihr Engagement erhielt Krumschmidt 2021 von unserer Redaktion

on die Silberdistel. Das Motto der Gruppe ist „Vom Dunklen ins Licht“, wie Krumschmidt erklärt: „Wir gehen gemeinsam Schritt für Schritt zurück in ein fröhliches Leben. Die Gruppe begleitet Betroffene auch in schweren Zeiten.“ Für Anton Stumpf sei die Krebsselbsthilfegruppe inzwischen eines der wichtigsten Dinge in seinem Leben – auch dank Krumschmidt.

Es geht um Lebensqualität und Lebensfreude.

Das nächste Gruppentreffen findet am Donnerstag, 5. September, ab 17 Uhr um evangelischen Gemeindehaus in Meitingen statt. Ab 18 Uhr hält Arzt Roland Bauch aus Wertingen einen Vortrag zum Thema Erste Hilfe.

Auch in Königsbrunn gibt es eine Krebsselbsthilfegruppe. Leiterin Inge Daffner aus Hochzell erkrankte selbst mit 41 Jahren an Krebs. „Mit so einer Diagnose wird man erst mal ins kalte Wasser geworfen“, sagt sie. Sie kam damals durch eine Bekannte, die ebenfalls betroffen war, zur Gruppe. Dort sei sie damals mit die Jüngste gewesen. „Ich bin da irgendwie hineingewachsen“, meint die 71-Jährige.

Jeden dritten Dienstag treffen sich etwa zehn Menschen im Gast-

haus Krone in Königsbrunn. Dort geht es nicht nur traurig zu, wie Daffner erzählt. „Man sitzt zusammen und unterhält sich über alles Mögliche. Wir reden nicht den ganzen Abend über die Krankheit“, sagt sie. Das Ziel der Gruppe sei, mehr Lebensqualität und Lebensfreude zu schaffen. Oftmals helfe es bereits, einander einfach zuzuhören. Manchmal entstehen auch Freundschaften aus den Treffen.

Aber auch Mut machen soll die Gruppe. „Wenn jüngere da sind und dann ältere, geheilte Leute wie mich sehen, dann gibt das Hoffnung und wir können sagen: Schaut, wir haben es geschafft, also könnt ihr das auch“, sagt Daffner. Außerdem können die Betroffenen sich über Behandlungsmethoden oder ihre Erfahrungen mit bestimmten Ärztinnen und Ärzten austauschen. „Ich würde so eine Gruppe allen Betroffenen empfehlen“, meint Daffner. Denn so sehe man, dass man mit seinen Sorgen und Problemen nicht allein ist.

Anmeldung und weitere Informationen zur Selbsthilfegruppe Meitingen/Wertingen gibt es unter 08273/2793. Kontakt zur Selbsthilfegruppe in Königsbrunn gibt es bei Inge Daffner unter 0177/5988393. **Kommentar**

• Eine Übersicht über weitere Selbsthilfegruppen im Kreis Augsburg gibt es auf der Website der Stadt Augsburg.

Blaulichtreport

Welden

Polizei schnappt Diebe auf frischer Tat

In Welden sind bereits vor rund zwei Wochen zwei Männer festgenommen worden. Wie die Polizei erst jetzt berichtet, beobachtete ein Anwohner am Freitag, 9. August, gegen 3 Uhr zwei Männer, die sich unerlaubt Zugang zu geparkten Autos verschafften. Die mutmaßlichen Diebe sollen die Autos durchwühlt und mehrere Gegenstände entwendet haben. Der Anwohner verständigte daraufhin die Polizei. Die stoppte die beiden tatverdächtigen Männer im Alter von 23 und 26 Jahren im Rahmen der Fahndung in unmittelbarer Nähe und nahm diese fest, heißt es im Bericht der Beamten. Die beiden Männer wurden auf Antrag der Staatsanwaltschaft Augsburg einem Richter am Amtsgericht Augsburg vorgeführt. Dieser erließ jeweils einen Haftbefehl, unter anderem wegen gewerbsmäßigen Diebstahls und setzte diese in Vollzug. Die Männer befinden sich nun in Untersuchungshaft. Die Kriminalpolizei Augsburg ermittelte nun gegen den 23-Jährigen und 26-jährigen Mann. Zeugen, die Hinweise zu der Tat geben können oder Personen, die selbst Opfer wurden, werden gebeten sich unter der Telefonnummer 0821/323-3821 zu melden. Die Polizei rät:

- Schließen Sie Ihr Fahrzeug immer ab.
- Tankdeckel-/klappe, auch wenn Sie sich nur kurz vom Fahrzeug entfernen.
- Ziehen Sie den Zündschlüssel ab.
- Lassen Sie keine Schlüssel unbeflüchtigt. (kinp)

Im Kreis gab es 2,8 Millionen Euro Hochwasser-Soforthilfe

Besonders viele Anträge kamen aus Nordendorf und Dinkelscherben. Auch die Kartei der Not hat Millionen ausgezahlt.

Von Philipp Kinne

Landkreis Augsburg Die Folgen der Hochwasserkatastrophe im Augsburger Land sind enorm. Direkt nach dem ersten Juni-Wochenende hatte Landrat Martin Sailer von einer Schadenssumme von bis zu 1,5 Milliarden Euro gesprochen. Diese Zahl sei bewusst hoch angesetzt gewesen, um wirklich alle Schäden abdecken zu können, so eine Sprecherin der Behörde. Ein Teil der Summe soll durch Soforthilfen bezahlt werden. Im Landkreis sind bereits 2,8 Millionen Euro an Unterstützung vom Freistaat an Betroffene ausgezahlt worden. Viele Millionen kamen auch von der *Kartei der Not*.

Bislang wurden im Landkreis 1.275 Anträge auf Soforthilfen vom Freistaat gestellt. Allein im vom Hochwasser besonders hart ge-

troffenen Nordendorf waren es 284 Anträge. Aus dem ehemaligen Hochwassergebiet Dinkelscherben kamen bislang 261 Anträge, teilt das Landratsamt auf Nachfrage unserer Redaktion mit. Soforthilfe gibt es unter anderem für Ölschäden an Gebäuden, aber auch bei Schäden am Hausrat. Insgesamt dürfte die ausgezahlte Summe

noch steigen. Denn bis zum 31. August können weiter Anträge auf Soforthilfe gestellt werden.

Betroffene Privathaushalte im Freistaat können dabei bis zu 5000 Euro pro Haushalt erhalten, bei Ölschäden an Gebäuden sogar bis zu 10.000 Euro je Wohngebäude. Die Höhe richtet sich im Einzelfall nach den konkret entstandenen

Schäden. Wurde kein Versicherungsschutz abgeschlossen, beziehungsweise kein Nachweis über die fehlende Versicherbarkeit vorgelegt, beträgt die Soforthilfe nur bis zu 2500 Euro.

Die Anträge müssen vollständig ausgefüllt beim Landratsamt Augsburg eingereicht werden. Für Unternehmen und Angehörige Freier Berufe werden ebenfalls Soforthilfen in Höhe von bis zu 200.000 Euro je Unternehmen gewährt. Für landwirtschaftliche Unternehmen (einschließlich Gartenbau) und den Fischereisektor werden Soforthilfen in Höhen von bis zu 50.000 Euro gewährt. Mehr Informationen zur Antragsstellung gibt es auf der Webseite des Landkreises.

Hilfe in Höhe von Millionen gab es für die Hochwasser-Betroffenen auch von der *Kartei der Not*, dem Leserhilfswerk unserer Zeitung.



Das Luftbild zeigt die Hochwasserkatastrophe in Nordendorf. Dort wurden besonders viele Anträge auf Soforthilfe gestellt. Foto: Marcus Merk (Archivbild)

„Wir haben bei 1.427 Anträgen 1.340 Soforthilfen leisten können, mit einem Gesamtvolumen über 3.656.125 Euro“, teilt Geschäftsführer Arnd Hansen mit. Das entspricht einer durchschnittlichen Hilfe pro Haushalt von mehr als 2700 Euro. Die ersten Hilfen wurden bereits in den ersten Tagen nach der Katastrophe ausgezahlt. „Die Dimension der Hilfeleistung kann durchaus historisch genannt werden. Die Kartei der Not hat in ihrer Geschichte noch nie so viele Anträge in so kurzer Zeit bewilligt, noch nie so viele Haushalte in so kurzer Zeit unterstützt und noch nie so viel Geld dafür eingesetzt“, berichtet Hansen. „Bei dem Ausmaß der Schäden ist das zwar in keiner Weise ausreichend für die Betroffenen, aber zumindest der Versuch, den Folgen dieser furchterlichen Fluten etwas entgegenzustellen.“