

Raus ins Leben!

In Burgdorf entsteht eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit einer Amputation

Für Ursula S. war nach der Amputation schnell klar: Sie will sich nicht ins Schneckenhaus zurückziehen. Ihr Wunsch ist es, eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit dem gleichen Schicksal zu gründen.

Plötzlich ist alles anders

Der Verlust eines Körperteils ist ein massiver und unumkehrbarer Einschnitt ins Leben eines Menschen. Nach der Operation zu erwachen und realisieren zu müssen, dass ein Körperteil fehlt, ist für die Betroffenen ein Schock. Auch für Ursula S. beginnt nach der Amputation des linken Unterschenkels vor zweieinhalb Jahren ein schwieriger und oft schmerzvoller Weg. Die neue Situation zu akzeptieren und mit den Einschränkungen leben zu lernen, ist eine grosse Herausforderung. Mühsam muss vieles, was vorher selbstverständlich war, neu gelernt werden. Bei Rückschritten braucht es Geduld und Beharrlichkeit, um Stück für Stück den Alltag wieder zu bewältigen. Eine Amputation hat auch Auswirkungen auf die Stimmungen und das Gefühlsleben: Trauer, um das, was verloren ging, Angst, wie es weitergeht, Eifersucht auf Menschen, denen es scheinbar besser geht, und die sich unbeschwert bewegen können. Ursula S. sagt: «Manchmal fühlte ich mich nicht mehr als ganzer Mensch wahr-



Ursula S. (links) mit ihrer langjährigen Freundin Gaby M.

Bilder: zvg

genommen. In der Werbung wird uns ein perfektes Körperbild vorgeführt. Ich musste mich wieder neu finden».

Auch Freunde und Angehörige sind betroffen

Gaby M., eine langjährige Freundin von Ursula S., erlebt hautnah mit, welche Auswirkungen eine Amputation auch auf das Zusammenleben mit Freunden und Familie hat. «Durch die Erlebnisse mit Ursula bin ich viel sensibler für das Thema Behinderung geworden», erzählt Gaby M. «Wie

wichtig es zum Beispiel ist, dass es Behindertenparkplätze gibt, war mir vorher nicht bewusst. Es tauchen viele Fragen auf: Wie soll ich mich in der neuen Situation verhalten? Wo soll ich helfen? Wo dränge ich mich zu sehr auf? Ist jetzt nur noch das Thema Behinderung im Mittelpunkt unserer Freundschaft? Man geht zusammen durch die Trauer und ein Auf und Ab der Gefühle.» Die beiden Frauen sind froh, dass sie heute wieder zusammen lachen und sich wie früher anderen Themen zuwenden können.

Ein Körperteil ging verloren, nicht aber die Lebensfreude

Für Ursula S. war es nie eine Option, aufzugeben. Sie will andere von einer Amputation betroffene Frauen und Männer dazu ermutigen, das Leben weiter zu geniessen. Sie ist überzeugt, dass es keine Lösung ist, sich zurückzuziehen: «Das Thema Amputation will ich nicht verstecken. Heute kann ich sagen, dass es mir trotz der Umstände gut geht. Ich möchte meine Erfahrungen mit anderen Betroffenen teilen und bin sicher, dass eine Selbsthilfegruppe für die Teilnehmenden eine grosse Bereicherung ist.» Durch den Austausch von Erfahrungen in einer Selbsthilfegruppe erfahren die Teilnehmenden gegenseitiges Verständnis und Unterstützung. Möglich sind auch gemeinsame Unternehmungen. Die regelmässigen Treffen dienen dazu, mit Freude am Leben teilzunehmen und sich nicht durch Einschränkungen behindern zu lassen. Die Gruppentreffen sind auch für Angehörige offen.

Ein Informationstreffen zur Gruppen-gründung der neuen Selbsthilfegruppe

Selbsthilfe BE unterstützt den Aufbau der neuen Selbsthilfegruppe und wird bei den ersten Treffen dabei sein. Danach wird sich die Gruppe eigenständig treffen. Frauen und Männer, die von einer Amputation betroffen

sind und Angehörige, sind herzlich zu einem Informationstreffen eingeladen. Dort gibt es Gelegenheit, die anderen Interessierten kennenzulernen und zu erfahren, wie eine Selbsthilfegruppe funktioniert. zvg

Informationstreffen Selbsthilfegruppe für Menschen mit einer Amputation

Dienstag, 3. November 2020, von 17.00 bis 18.30 Uhr in Burgdorf, Nähe Bahnhof. Weitere Informationen erhält man bei der Anmeldung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Information und Anmeldung

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Burgdorf, Lyssachstrasse 91, Burgdorf, Tel. 0848 33 99 00, info@selbsthilfe-be.ch, www.selbsthilfe-be.ch.

Selbsthilfe BE

Die Selbsthilfe BE engagiert sich im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern für die gemeinschaftliche Selbsthilfe. Im Kanton Bern gibt es mehr als 230 Selbsthilfegruppen, über 30 davon in der Region Burgdorf–Emmental–Oberaargau. Zu den Aufgaben der Beratungszentren in Burgdorf, Bern, Biel und Thun gehört die Information über die gemeinschaftliche Selbsthilfe und das Gründen und Vermitteln von Selbsthilfegruppen.

www.selbsthilfe-be.ch