

**Grußwort Schirmherr Bürgermeister Karl Heinz Simon, Verbandsgemeinde Zell (Mosel)**  
**25-jähriges Jubiläum Frauenselbsthilfegruppe nach Krebs**  
**Gruppe Zell-Traben-Trarbach**  
**02.09.2017**

Ich möchte als erstes der Frauenselbsthilfegruppe nach Krebs Zell-Traben-Trarbach ganz herzlich zu ihrem 25-jährigen Jubiläum gratulieren und Ihnen namens der Verbandsgemeinde Zell, aber auch persönlich, von Herzen für Ihre wertvolle Arbeit danken.

Ich habe sehr gerne die Schirmherrschaft über Ihr Jubiläum übernommen – fühle mich der Gruppe ja seit ihrer Gründung vor 25 Jahren aus eigener Betroffenheit in der Familie persönlich verbunden - und ziehe nochmal sprichwörtlich – wie bei Ihrer Aktion im vergangenen Jahr – den Hut vor Ihrem Engagement.

Wir Alle wissen es: aus persönlicher Erfahrung, dem Miterleben in der Familie oder im Freundes- und Bekanntenkreis: die Diagnose Krebs zieht einem erst einmal den Boden unter den Füßen weg und verändert von einem Moment auf den anderen das eigene Leben und das der gesamten Familie.

Da ist eine Selbsthilfegruppe eine große Hilfe. Viele von Ihnen hat es sicher Überwindung gekostet, den ersten Schritt zu tun und in eine Selbsthilfegruppe zu gehen. Doch ich bin überzeugt: es hat sich für jeden Einzelnen von Ihnen gelohnt.

Sie haben den Kontakt zu Menschen gesucht und gefunden, die sich in der gleichen Situation befinden oder dasselbe durchmachen wie Sie. Das war der erste Schritt, um mit der persönlichen Situation besser fertig zu werden.

Denn in der Gruppe können Sie sich gegenseitig ermutigen und unterstützen. Durch die gemeinsamen Treffen und die gemeinsamen Gespräche gewinnt jeder neue Kraft.

Mit ihrer Gruppe hier im Raum Traben-Trarbach/Zell sind Sie sehr aktiv. Sie studieren zusammen Forschungsergebnisse, laden Fachleute zu sich ein und informieren sich über Therapiemöglichkeiten. Und, was vielleicht das Wichtigste ist, Sie tauschen Tipps und Erfahrungen aus.

Ziel ihrer Selbsthilfegruppe ist es zu helfen, die Krankheit Krebs zu akzeptieren; aber vor allem den Betroffenen ein Selbstwertgefühl zu vermitteln und weiterhin Freude am Leben zu haben.

In einer Selbsthilfegruppe fühlt man sich wieder als ganzer Mensch. Dort wird man nicht – wie oft von Außenstehenden – nur über die Krankheit definiert, sondern in der Gesamtheit als Person.

Das stärkt das eigene Selbstwertgefühl und hilft damit auch, mit den Veränderungen im gesamten Alltag besser fertig zu werden, die die Erkrankung mit sich gebracht hat.

Die Gruppe ist oft auch der erste Ort, an dem ein Betroffener erfährt, dass er mit seinen Fragen und Schwierigkeiten nicht allein dasteht. Die anderen in der Gruppe kennen diese Probleme, und sie verstehen, wovon man redet.

Hier kann jeder all das loswerden, was ihn bedrängt, und auf Verständnis und Zuspruch hoffen. Alle wissen, wie das Leben mit Krebs aussieht; alle haben es erlebt, dass der Alltag ganz anders organisiert werden musste; alle haben erfahren, dass es auf eine Neuorientierung ankommt. Solche Erfahrungen auszutauschen bringt den Einzelnen weiter.

Selbsthilfegruppen sind Zusammenschlüsse von Laien, von Betroffenen und nicht von Fachmedizinerinnen. Doch diese Laien haben sich oft genug zu Experten entwickelt, was ihre Krankheit, die Therapien und die psychischen Begleiterscheinungen angeht. Sie sind Experten geworden, weil sie ihr Wissen in der Gruppe bündeln. Jeder steuert seine Kenntnisse bei.

Und sie sehen, wie viel es ihnen bringt, wenn sie selber daran mitwirken, ihre Situation zu stabilisieren und zu verbessern. In der Gruppe finden sie die dafür notwendige Unterstützung. Ihre Mitglieder stärken sich gegenseitig, denn Selbsthilfe in der Gruppe ist ein wechselseitiger Prozess. Gegenseitige Hilfe beruht darauf, dass jeder sich selbst einbringt. Jeder findet Unterstützung, weil jeder selbst etwas tun will.

Ihre Gruppe war in den zurückliegenden 25 Jahren bereits für viele Menschen eine unverzichtbare Anlaufstelle, ein Bezugspunkt, der ihnen weitergeholfen hat. Sie haben vielen Menschen in einer schwierigen Lebenssituation geholfen, Kraft und auch Mut gegeben.

Dafür möchte ich Ihnen nochmal von ganzem Herzen danken. Ich bin sehr froh, dass es ihre Selbsthilfegruppe gibt!

Es verdient große Anerkennung, wie Sie Ihr Schicksal meistern, und ich wünsche Ihnen, dass Sie weiterhin so viel Kraft aus Ihrer Gruppe ziehen und damit Anderen Kraft und Mut geben!

Ihnen allen, persönlich und der Gruppe, alles Gute!