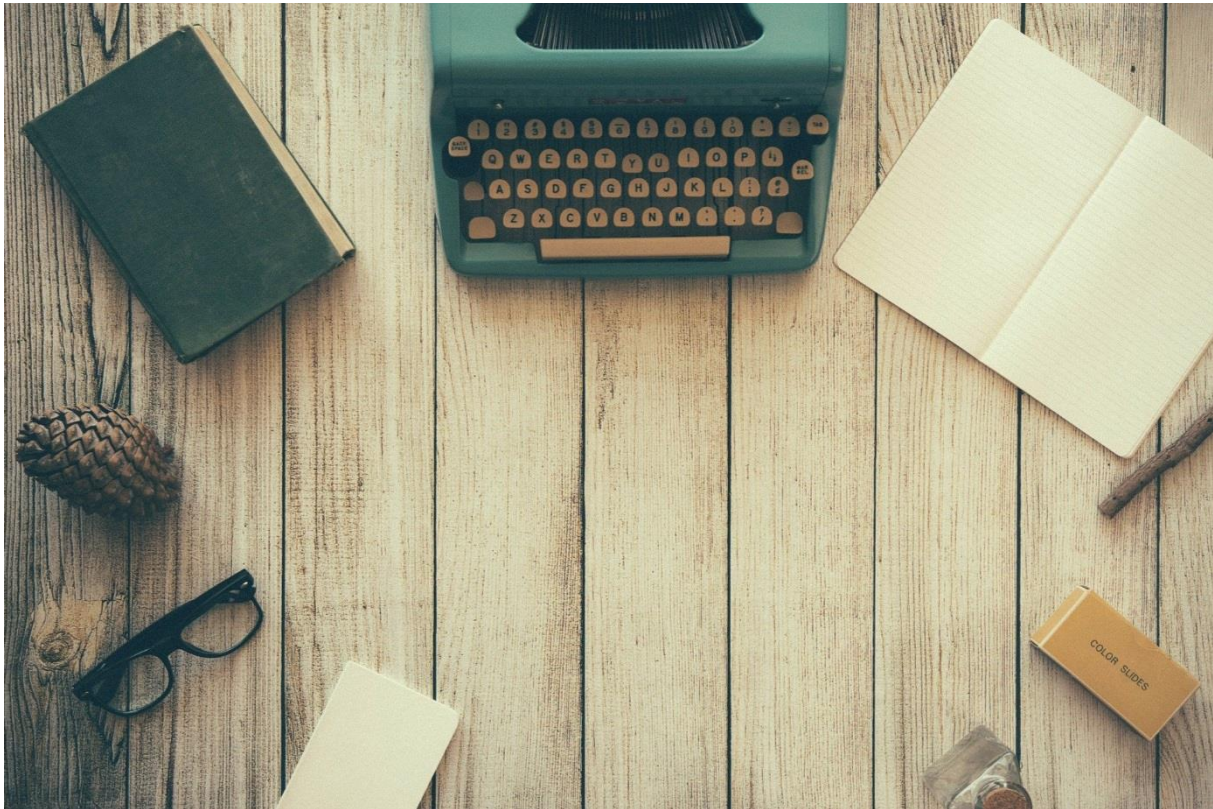


## Erfahrungen der Selbsthilfegruppen in Zeiten von Corona



### **Selbsthilfegruppe Blutgerinnung:**

Die SHG-Blutgerinnung-Wolfenbüttel trifft sich regelmäßig einmal im Monat, einige Mitglieder haben sich zusammengefunden, in der Winterzeit auch gemeinsam um Schwimmen zu gehen. Im März 2020 war dann plötzlich mit allem Schluss, kein Treffen mehr und die Schwimmbäder wurden auch geschlossen. Der Kontakt untereinander war dann ab Mitte März nur noch telefonisch möglich. Zu dieser Zeit hatten wir noch keine Vorstellung über Auswirkung und Einschränkungen bezüglich unserer regelmäßigen Treffen in der SHG. Was blieb uns nun noch, der telefonische Kontakt. Zum Februar hatten wir auch noch unsere Internetseite gekündigt, diese wollten wir neu organisieren und gestalten.

Telefonieren und Email waren nun unsere Kontakt- und Informationsmöglichkeiten.

Zwischenzeitlich haben wir die Kontaktmöglichkeit durch WhatsApp erweitert. Meine Erfahrung im Freundeskreis, Kontaktpflege völlig ungezwungen, Zeit- und Ortsunabhängig durchzuführen,

ich dachte nun, dies wäre auch ideal für unsere Selbsthilfegruppe. Für einige Mitglieder haben wir es eingerichtet.

Wir werden versuchen, den ungezwungenen Kontakt ( Fragen, Antworten und Informieren ) für die Zukunft in unserer SHG für alle Mitglieder einzurichten, sofern möglich und auch gewollt.

Dies wäre unser Vorschlag, für andere SHG's, sofern noch nicht eingerichtet.

"Besser, einfacher und schneller als Email", schnell sind gemachte Fotos beigefügt, Fotos nicht nur von Mensch und Natur, einfach schnell ein Foto von Zeitungsausschnitten, akt. Gesundheitshinweise etc..

Wir können nun nur hoffen, dass es keine weiteren größeren Auswirkungen durch Corona geben wird und wir alles einigermaßen gut überstehen.

Unser Dank geht an alle, die in dieser Zeit sich für unsere Gesundheit engagieren.

## **Blindenverband**

Wir haben alle Treffen abgesagt.

Kontakt wird telefonisch gehalten, da der Personenkreis über keine Internetverbindung aufgrund des Alters und der hierfür erforderlichen Sondersoftware verfügt.

- Die Mitglieder freuen sich über jedes Gespräch.
- In Zeiten von Corona fühlen wir uns noch mehr eingeschränkt als sowieso.

Die Hilfsbereitschaft ist zwar enorm, aber die Selbstständigkeit ist auch außergewöhnlich eingeschränkt.

*Wir freuen uns auch von Ihren Erfahrungen zur Selbsthilfearbeit in Zeiten von Corona zu hören!*

Teilen Sie Erfahrungen mit uns unter: [selbsthilfe.wolfenbuettel@paritaetischer.de](mailto:selbsthilfe.wolfenbuettel@paritaetischer.de)

oder postalisch an:

KISS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe  
Kommißstraße 5  
38300 Wolfenbüttel