

Mit Fröhlichkeit und Wissen gemeinsam gegen Krebs

Neues Gesundheitsnetzwerk gegründet: „Die Mutmacher“ laden zur Eröffnung in ihr saniertes Clubhaus — Betroffene unterstützen

VON MARIA DÄUMLER

Heil und freundlich wirkt das Mutmacherhaus mitten in Ebermannstadt. Oft wird hier viel gelacht, doch manchmal geht es auch ganz ernst zu. Der neue Verein „Die Mutmacher“ hat ein Gesundheitsnetzwerk für Menschen mit Krebs geknüpft und sich einen Treffpunkt geschaffen. Mit Kursen, Beratung, Gesprächen, Seminaren will man Betroffenen und deren Angehörigen Mut machen, sich gegenseitig unterstützen und die Krankheit Krebs aus der Tabuzone holen.

EBERMANNSTADT – Ein Lachen erschallt durch das Hinterhäuschen am Marktplatz 10. Birgit Mally-Blank, Initiatorin des Vereins „Die Mutmacher“, unterhält sich im Clubraum im ersten Stock mit ein paar Mitstreiterinnen. Vor zwei Jahren hat sich der Verein unter dem Dach der Bayerischen Krebsgesellschaft gegründet, seither bauen die inzwischen 43 Mitglieder ein Netzwerk für an Krebs Erkrankte auf, das weit über eine klassische Selbsthilfegruppe hinausgeht.

Die Diagnose Krebs löst bei vielen Betroffenen Angst, Wut und Verzweiflung aus, Angehörige sind überfordert, Bekannte und Freunde ziehen sich zurück, weil sie nicht wissen, wie sie mit der Krankheit umgehen sollen. Aus eigener Kraft schaffen es nur wenige Erkrankte heraus aus dieser Krise. Hier setzen die Mutmacher an: Gemeinsam wollen sie eine Allianz gegen Krebs bilden.

Dazu gehört: Offen über die Krankheit sprechen, Erfahrungen austauschen, Ängste nehmen und möglichst viel Wissen vermitteln – alles mit dem Ziel, den Erkrankten einen besseren Alltag zu verschaffen, sie zu unterstützen, Zuversicht und Tatkraft zu fördern und sich auch in schweren Stunden gegenseitig beizustehen.



Gabriele Federer (v. li.), Birgit Mally-Blank, Lucie Blaha und Agathe Buchfelder machen Betroffenen Mut. Foto: Johnston

„Wir pflegen einen offenen Umgang mit der Krankheit“, sagt Mally-Blank, seit 2010 selbst an Krebs erkrankt. „Dass wir keinen Heuschnupfen haben, wissen wir selbst, das muss uns keiner sagen.“ Statt ständig mit Trauermüde herumzulaufen, setzt die Gruppe auf Fröhlichkeit. „Mich

macht gesund, wenn ich mich nicht verstecken muss, wenn ich über meine Krankheit sprechen kann, wenn ich mich in meinem Umfeld normal bewegen kann“, schildert die 44-Jährige. Mit dem Mutmacherhaus hat sich der Verein nun ein schönes Umfeld geschaffen. Ein Jahr lang haben Mitglie-

der und Angehörige das kleine Hinterhaus saniert: Böden geschliffen, Wände gestrichen und hübsch eingerichtet. Dabei sind sie auf viel Spenden- und Hilfsbereitschaft gestoßen: „Hier ist fast alles geschenkt“, sagt Birgit Mally-Blank und zeigt auf die Küche, die wie neu aussieht. Privatleute und

Firmen haben geholfen, Geräte ausgeliehen, Materialien zur Verfügung gestellt. Jetzt ist das Mutmacherhäuschen (fast) fertig und am morgigen Samstag, 13. Juli, wird ab 15 Uhr Eröffnung gefeiert.

„Wir hätten auch Räume in der Klinik mieten können, doch das wollten wir nicht. Hier in unserem Clubhaus fühlen wir uns wohl“, so Mally-Blank. Hier findet nun jeden ersten Dienstag im Monat ein Gruppentreffen statt. Ab Herbst sind Beratungen, Seminare und Kurse geplant. Friseurmeisterin Gabriele Federer, die über ihre erkrankte Mutter zur Gruppe gefunden hat, will über Perücken informieren und Schminktipp geben. Bei einer Chemotherapie gehen alle Haare aus. „Da wollen wir Ängste nehmen.“

Selbstheilungskräfte anregen

Lucie Blaha, Schatzmeisterin im Verein und Präventologin, wird Kurse auf dem Seilband-Trampolin anbieten. Die Bewegung auf dem speziellen Trampolin tue Krebskranken oft sehr gut und helfe zur Entspannung. Agathe Buchfelder, Schriftführerin, arbeitet mit Klangschalen und hat hier eine spezielle Ausbildung. „Durch den Klang kommt das Gehirn in einen Zustand der tiefsten Entspannung, der die Selbstheilungskräfte anregt und das Immunsystem stärkt.“

Der Verein steht sich als Brückenbauer zwischen Schulmedizin und Komplementärmedizin. Die Mutmacher arbeiten auch mit Dr. Katharina Schneider, Palliativärztin an der Klinik Fränkische Schweiz, mit Heilpraktikern, dem Hospizverein und der Trauerbegleitung Consolare zusammen. Viele Angebote laufen auf ehrenamtlicher Basis, Kurse sind kostenpflichtig, wobei ein Teil der Gebühren wieder an Erkrankte zurückfließt.

@ www.diemutmacher.com

Bürgermeinung zum Regionalplan

Zusätzliches Anhörungsverfahren

Visionen für die Jugendherberge

Gespräch der neuen Besitzer

Geheimnisträger vereidigt

Schutz vor Wasser wirkt

Gemeinde nicht betroffen