

Kreis Steinfurt -

Was Selbsthilfe ist und was sie leisten kann, erfahren Interessenten jetzt im Foyer des Kreishauses. Denn die HörBar ist eine mobile Station, an denen mit Hilfe von Kopfhörern in die Selbsthilfe reingehört werden kann: Der Zuhörer erfährt, was genau Selbsthilfe ist und was eine Selbsthilfegruppe wirklich macht

Selbsthilfegruppen gibt es viele, auch im Kreis Steinfurt. Etwa für Alleinerziehende, zum Thema Depressionen oder Essstörungen. Auch jungen Erwachsenen kann sie eine Hilfe sein. Doch gerade unter den jüngeren Betroffenen bestehen oft Vorurteile gegenüber solchen Gruppen: Bemitleiden sich da nicht alle nur gegenseitig? Kann so eine Gruppe wirklich eine Hilfestellung sein?

Die „HörBar-Selbsthilfe zum Reinhören“ will Antwort auf solche Fragen geben – und das quasi im Vorbeigehen, schreibt der Kreis in einer Mitteilung. Denn die HörBar ist eine mobile Station, an denen mit Hilfe von Kopfhörern in die Selbsthilfe reingehört werden kann: Der Zuhörer erfährt, was genau Selbsthilfe ist und was eine Selbsthilfegruppe wirklich macht.

Die „HörBar“ ist ein Projekt des Netzwerkes Selbsthilfe und Ehrenamt und tourt derzeit durch den Kreis Steinfurt. Vom 16. Oktober bis zum 24. Oktober steht sie im Foyer des Kreishauses Steinfurt an der Tecklenburger Straße.

Die HörBar entstand im Rahmen eines krankenkassengeförderten Modellprojektes „Zukunft der Selbsthilfe – Generationenwechsel und junge Selbsthilfe im ländlichen Raum“, heißt es weiter. Denn besonders junge Menschen sollen durch die HörBar für das Thema Selbsthilfe sensibilisiert werden. Die HörBar soll helfen, Vorurteile gegenüber Selbsthilfe abzubauen.

Die einzelnen Hörsequenzen ermöglichen einen exklusiven Einblick und beantworten viele Fragen rund um das Thema Selbsthilfe. Sie stammen aus der Selbsthilfeszene vor Ort und können angehört sowie heruntergeladen werden. Außerdem besteht die Möglichkeit, sich per QR-Code und Podcast einfach Selbsthilfe „mitzunehmen“ – also Selbsthilfe to go.

Eröffnet wurde die „HörBar – Selbsthilfe zum Reinhören“ im Rahmen einer Auftaktveranstaltung Ende August im Kino Metropolis in Emsdetten. Dort fand sie laut Mitteilung bereits großen Zuspruch.



An der HörBar erfahren Interessierte, was Selbsthilfe ist und was sie leisten kann.

*Westfälische Nachrichten*