Gisela Gosewinkel

# Über Ländergrenzen hinweg:

## Selbsthilfe zwischen internationaler Solidarität, einer großen Spendenaktion und persönlichen Abschiedsritualen

### Wie alles begann

Im Herbst 2015 machte der Bundesverband der Frauenselbsthilfe nach Krebs e. V. die Selbsthilfegruppen des Verbandes auf eine Perückensammelaktion des Vereins „Brustkrebs Deutschland e. V." aufmerksam und bat um Mithilfe. Hintergrund war die schlechte wirtschaftliche Lage in Griechenland, die sehr negative Folgen für die medizinische Versorgung der Bevölkerung hat. So erhalten dort an Krebs erkrankte Frauen bei Haarverlust durch eine Chemotherapie keinen Krankenkassenzuschuss für eine Perücke. Sehr viele Betroffene sind finanziell nicht in der Lage, dieses psychologisch so wichtige Hilfsmittel auf eigene Kosten zu erwerben.
Die Leitungsteams und die Gruppenteilnehmerinnen der Frauenselbsthilfe nach Krebs konnten das sehr, sehr gut nachvollziehen, alle waren mit viel Eifer dabei, die Sammlung zu unterstützen! Bei jedem der nächsten Gruppentreffen wurden von den Teilnehmerinnen Spenden gebracht. In unserer Gruppe erinnerten sich sehr viele in der „Befindlichkeitsrunde", die wir am Anfang eines Gruppentreffens machen, an die Zeit der eigenen Diagnose, den Versuch zu begreifen und die unendliche Hilflosigkeit, das Gefühl, den Boden unter den Füßen zu verlieren. Für einige Frauen war es ein weiteres Stück Verarbeitung der eigenen Krankheit.
Viele Perücken, Tücher, Mützen, Prothesen und BHs wurden gesammelt, und bald konnten wir etliche Pakete an den Verein Brustkrebs Deutschland schicken. Dort wurden die Perücken, wenn nötig, aufgearbeitet und an den „Club Soroptimist International" nach Athen gebracht.
Auch 2016 ging die Sammelaktion weiter, schwerpunktmäßig nach Griechenland und Portugal.

### Und so ging alles weiter

Die Selbsthilfezeitung der Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen (KISS) in Hamburg, Ausgabe April – Juni 2016, wurde als Schwerpunktheft zum Thema Krebs geplant. Die Selbsthilfegruppen wurden gebeten, dafür einen Beitrag über ihre Gruppenarbeit zu schreiben, um die Vielfältigkeit der Aktivitäten darzustellen. Das war für mich der Anlass, über die Perückensammelaktion zu berichten. Dieser Bericht löste eine enorm positive Reaktion aus.



Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG):
selbsthilfegruppenjahrbuch 2017. Gießen 2017

Den 18.4.2016 werde ich nie vergessen! Sehr früh morgens rief mich ein etwas ungehaltener Leser des „Hamburger Abendblatts" (HA), einer großen überregionalen Tageszeitung, an. Er sagte mir voller Empörung, meine Telefonnummer unter dem Artikel wäre falsch. Er hätte 45 Minuten gebraucht, die richtige Nummer zu ermitteln. Ich konnte mir gar keinen Reim darauf machen, versprach gleich zurückzurufen und las erstmal mein HA. Ich fand im Lokalteil einen kleinen Artikel über die Perücken-Sammelaktion, von dem ich bis dahin gar nichts wusste, tatsächlich mit einem Zahlendreher in meiner Telefonnummer.
Da ich nicht über die Veröffentlichung im HA informiert war, versuchte ich durch etliche Telefonate die Hintergründe, das heißt, den Weg von der Selbsthilfe-Zeitung zum HA, zu erfahren. Des Rätsels Lösung: ein Mitarbeiter des Evangelischen Pressedienstes hatte den Artikel gelesen und an das HA weitergeleitet.
Nebenbei stand das Telefon bei uns nicht mehr still! Die Zeitungsleser waren sehr einfallsreich und haben über Internet, den Bundesverband der Frauenselbsthilfe nach Krebs und über das HA meine korrekte Nummer ermittelt. Trotz dieses kleinen „Stolpersteins" überrollte mich nun eine Welle der Hilfsbereitschaft. Das Telefon klingelte unaufhörlich, ich fühlte mich zeitweise wie in einer Telefonzentrale. In meiner Abwesenheit übernahm mein Mann das „Sekretariat". Ab 22 Uhr begann ich immer mit der Beantwortung der Emails; diese Adresse war richtig wiedergegeben worden. Es waren sehr ausgefüllte Wochen, die Zeit raste.

Es riefen betroffene Frauen an, aber auch Männer, deren Frauen die Krebserkrankung nicht überlebt hatten, sowie Söhne und Töchter von Verstorbenen. Viele Anrufer sagten mir, dass bei ihnen eine gewisse „Hemmschwelle" bestanden hätte, die Perücken einfach so zu „entsorgen". Auch Perückenstudios nahmen getragene Perücken nicht zurück. Darum mache sie diese Sammelaktion glücklich, da sie so anderen Frauen helfen könnten – quasi als eine Art Vermächtnis ihrer Verstorbenen.
Sehr beeindruckt hat mich ein Herr, der gleich am ersten Tag eine Perücke persönlich bei uns abgab. Er erzählte, dass sie bei ihm im Wohnzimmer in einer Vitrine gestanden habe. Seine Frau war 2015 an Brustkrebs gestorben, und er hatte so das Gefühl, dass auf diese Weise ein Teil von ihr noch bei ihm war. Nach dem Lesen des Artikels im HA habe er sich aber, nach Rücksprache mit seiner Tochter, entschlossen, die Perücke zu spenden. Das wäre auch im Sinne seiner Frau gewesen. So konnte er endlich loslassen!
Ich führte in diesen Wochen und Monaten sehr viele Gespräche, hörte berührende Geschichten, die mal traurig, aber auch hoffnungsvoll waren. Nach einem zweiten Artikel im HA, der nach einem Gespräch mit dem verantwortlichen Lokalredakteur zwei Tage später mit der berichtigten Telefonnummer erschien, kamen weitere Anrufe, Briefe und Päckchen aus ganz Norddeutschland, nicht nur aus Hamburg. Unser Briefträger, der Paketbote und unsere Nachbarn waren „eingeweiht" und halfen alle mit. Diese Zeit war sehr, sehr ausgefüllt und spannend. Mit einigen Anrufern, die noch berufstätig wa-

ren, traf ich mich auch in der Stadt, und wir unterhielten uns bei einem Kaffee oder einer Schokolade sehr intensiv. Manchmal hatte ich den Eindruck, dass sich lange unterdrückte Gedanken und Gefühle so einen Weg bahnten.
In den Päckchen fand ich oft liebe Karten und Briefe, die für mich „Mutmacher" zum Weitermachen waren.
Es gab aber auch lustige Begebenheiten. Ein Herr rief an und fragte, ob ich 17 (!!) Perücken haben wollte. Auf meine verwunderte Nachfrage erzählte er, dass er kürzlich aus Altersgründen seinen Friseursalon geschlossen hätte, die nagelneuen Perücken aber noch habe und sie gern spenden möchte.
Eine Dame brachte mir eine große Tüte voller Spenden. Sie war selber an Brustkrebs erkrankt und wusste auch von einer betroffenen Nachbarin. „Da habe ich gleich im ganzen Block gesammelt", erzählte sie.
Sehr berührt hat mich auch ein Herr, der die Perücke seiner verstorbenen Frau auf einem Styroporkopf brachte mit einem wunderschönen Strohhut. Er zeigte mir ein Foto vom letzten gemeinsamen Urlaub, auf dem seine Frau lachend in der Sonne saß und diesen Hut trug.

## Und das war das gute Ende

Die Spendenbereitschaft war unglaublich groß. Bis November 2016 erreichten mich knapp 300 Perücken, viele schöne Tücher, Prothesen, Prothesen-BHs und andere Hilfsmittel. Im Dezember habe ich die Sammelaktion beendet und den Spendern noch einmal von Herzen gedankt. Für mich war diese Erfahrung das Highlight des Jahres 2016 !!! Die Karten und Briefe mit so vielen „Danke für ihren Einsatz" und guten Wünschen waren so voller Wärme und haben mich unendlich glücklich gemacht. Aus den wunderschönen Karten habe ich eine große Collage gebastelt und erfreue mich immer wieder daran.

Gisela Gosewinkel ist Leiterin der Gruppe Hamburg-Wandsbek der Frauenselbsthilfe nach Krebs e. V.

**selbsthilfegruppenjahrbuch 2017**

**Herausgeber:**
Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen
www.dag-shg.de
**Gemeinschaftlich vertretungsbefugt:**
Karl Deiritz, Anita M. Jakubowski, Angelika Vahnenbruck
**Redaktion und verantwortlich i.S.d.P.**
Dörte von Kittlitz, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen,
Gartenstr. 18, 30161 Hannover, Tel.: 0511 / 39 19 28
Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen,
Friedrichstr. 33, 35392 Gießen, Tel.: 0641 / 985 456 12
**Registergericht:** Amtsgericht Gießen, Vereinsregister Gießen Nr. 1344
als gemeinnützig anerkannt FA Gießen St.-Nr. 20 250 64693 v. 23.08.2016
**Umschlag:** Lutz Köbele-Lipp, Entwurf und Gestaltung, Berlin
**Satz und Layout:** Egon Kramer, Gießen
**Druck:** Majuskel, Wetzlar
ISSN 1616-0665

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion, des Vereins oder der fördernden Krankenkassen wieder. Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und der Autor/innen.

Copyright: Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des ›selbsthilfegruppenjahrbuchs‹ wurden im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20h SGB V finanziell gefördert von folgenden Krankenkassen:
AOK-Bundesverband GbR, BARMER, BKK Dachverband e.V.,
DAK - Gesundheit, Techniker Krankenkasse.

Wir bedanken uns bei allen Förderern ganz herzlich!

*Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto:*
*IBAN:DE18513900000006303005 BIC:VBMHDE5F*

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG):
selbsthilfegruppenjahrbuch 2017. Gießen 2017