

# Wir müssen reden

Der Paritätische schickt morgen von 14 bis 17 Uhr in der Magdeburger Innenstadt drei Eulen auf die Straße. Romy Kauß ist Initiatorin des Projekts und beantwortet Fragen von Redakteur Martin Rieß.

---

## Kurzinterview



Im Gespräch mit  
Romy Kauß

---

### **Volksstimme: Worum geht es bei der Aktion?**

Romy Kauß: Die Eulen sind Teil des Logos unserer Kampagne „Mir müssen reden“. Wir wollen zeigen, dass Selbsthilfe bunt und vielfältig ist. Unser Ziel ist, besonders junge Menschen auf die Bedeutung der Selbsthilfe aufmerksam zu machen. Für die verschiedensten Bereiche soll in unserer Region auch die Gründung von Gruppen speziell für Menschen von 20 bis 40 Jahren initiiert werden. Es geht darum die Menschen zu sensibilisieren, wie die Gemeinschaft stärken kann und dadurch wieder mehr Lebensfreude empfunden werden kann.

### **Welchen Nutzen haben Selbsthilfegruppen?**

Die Gruppen geben langfristig Halt, denn sie verbindet jeweils ein ganz bestimmtes Thema. Das kann eine Erkrankung sein, eine Beeinträchtigung oder eine schwierige Lebenssituation. Betroffene oder Angehörige können sich im geschützten und vertraulichen Rahmen austauschen. Dies muss nicht in geschlossenen Räumen sein: Treffen sind auch z. B. in einem Café oder während eines Spaziergangs möglich. Die Treffen stärken die Teilnehmer, holen sie aus der Isolation, vermitteln Tipps und steigern das Lebens- und Selbstwertgefühl. Manchmal ist es schwierig, mit Freunden oder der Familie immer wieder über dasselbe Thema zu sprechen. In der Gruppe stört das niemanden: Den anderen geht es ja genauso. Menschen in einem ähnlichen Alter können dabei oft noch viel besser miteinander ins Gespräch kommen, daher unsere Initiative.

### **Was tun, wenn man Interesse hat und keine Zeit für ein Treffen mit Ihren drei Eulen am Sonnabend hat?**

Mutmacher-Stories, Erläuterungen zu den Fragen rund um das Thema Selbsthilfe und Gruppengründung und Kontakte zu „jungen Selbsthilfegruppen“ in Sachsen-Anhalt gibt es auf der neuen Website [www.wir-muessenreden.de](http://www.wir-muessenreden.de).

---