

# DAS BLV

## WOCHENZEITUNG

FÜR BLUMENTHAL, LESUM, VEGESACK, RITTERHUDE UND SCHWANEWEDDE

NR. 3962 | 61. JAHRG.

MITTWOCH, 4. AUGUST 2021



Anneke Imhoff (links) und Sabine Bütow vom Netzwerk Selbsthilfe wollen in Bremen-Nord präserter werden. Sie planen die Gründung einer Long Covid- Gruppe und einer Depressionsgruppe. FOTO: RDR

## Selbsthilfe für Long Covid Erkrankte

### Bislang gab es kein Angebot in Bremen-Nord / Netzwerk sucht Räume

Von Regina Drieling

BREMEN-NORD – Anneke Imhoff und Sabine Bütow vom Netzwerk Selbsthilfe vermitteln Menschen in Selbsthilfe, ganz gleich mit welchem Problem diese an die Fachfrauen herantreten. Rund 700 Selbsthilfegruppen gibt es in ganz Bremen. „Es gibt aber auch ‚dunkle Flecken‘“, sagt Sabine Bütow. Bremen-Nord sei so einer, findet sie und hat gleich ein Beispiel parat. 49 Selbsthilfegruppen für Menschen mit psychischen Problemen, wie Zwänge, Ängste oder De-

pressionen gebe es. „Davon in Bremen-Nord nicht eine einzige“, so die Diplom-Pädagogin. Das sei ein großes Problem, denn gerade Menschen mit Ängsten würden sich abends nicht in die Innenstadt trauen, um an Gruppentreffen teilzunehmen.

Ein weiteres Angebot, das in Bremen-Nord fehle, sei ein Angebot für Long Covid Erkrankte, also Menschen, die unter Langzeitfolgen einer Corona-Erkrankung leiden. In der Innenstadt haben Anneke Imhoff und Sabine Bütow zwei Präsenzgruppen

und eine Online-Gruppe ins Leben gerufen. 40 Personen hätten sich auf Anhieb gemeldet, berichtet Anneke Bütow. Die Betroffenen seien sehr beeinträchtigt, etwa mit Sprachfindungsstörungen, Atemnot oder Müdigkeit. Sabine Bütow hat eine 23-jährige Studentin in ihrer Gruppe, die bis zur Covid-Erkrankung topfit war. Nun leide die junge Frau unter Konzentrationsschwäche, sei schlapp. Das Durchschnittsalter der Mitglieder in den Long Covid-Gruppen schätzen Sabine Bütow und Anneke Imhoff auf Mitte 40.

„Wir wollen in Bremen-Nord präserter werden“, sagt Sabine Bütow. „Dazu möchten wir hier eine Long Covid- und eine Gruppe für Menschen mit Depressionen gründen.“ Anneke Imhoff ergänzt: „Es wäre schön, wenn wir in Bremen-Nord etwas bewegen können!“ Gesucht werden dafür Betroffene, die Interesse daran haben, sich mit anderen Menschen auszutauschen, sich Tipps zu geben und verstanden zu werden. Um diesen Gruppen Treffen zu ermöglichen, werden Räumlichkeiten

FORTSETZUNG AUF SEITE 2

## Selbsthilfe für Long Covid Erkrankte

FORTSETZUNG VON SEITE 1

in Bremen-Nord gesucht. Da alle Angebote für die Teilnehmenden kostenlos sind, sollten die Räume möglichst umsonst oder gegen eine geringe Mietgebühr angeboten werden. Long Covid Erkrankte und Menschen mit Depressionen können sich montags bis donnerstags von 10 bis 13 Uhr und von 14 bis 16 Uhr unter Telefon 04 21 / 70 45 81 oder per Mail an: [info@netzwerk-selbsthilfe.com](mailto:info@netzwerk-selbsthilfe.com) melden. Das gilt auch für Personen, die Räume in Bremen-Nord anbieten möchten. Näheres unter [www.netzwerk-selbsthilfe.com](http://www.netzwerk-selbsthilfe.com).