



**Silke Berktold**

Gruppe Singen

Positive „Lichtblicke“ in den Alltag bringen....  
oder  
warum ich mich als chronische Schmerzpatientin ehrenamtlich  
und sozial engagiere.....

Jeder von uns kennt diese Tages- und Wochenabläufe: du sthst mit  
Schmerzen auf, „hangelst“ dich von Arzttermin, über  
Bewegungsprogramme und weitere Termine, und versuchst am abend  
trotz Schmerzen einzuschlafen.  
Deine Krankheit versucht immer dich und deinen Tag komplett  
einzunehmen und zu bestimmen.

Manchen Betroffenen hilft dann stricken oder basteln – dazu bin ich  
leider nicht geeignet.

Als ich in der Tageszeitung ca April/Mai 2017 über das geplante, noch  
nicht realisierte Projekt „Bürgerbus 3 Rosen Rielasingen“ las, bin ich  
neugierig geworden. Ich besuchte die erste Informationsveranstaltung  
und meldete mich sofort als ehrenamtliche Fahrerin an, da dieser  
soziale Dienst allen Mitbürgern hilft.  
Neben der ärztlichen Untersuchung, dem Sehtest und der  
MPU-Untersuchung, übernahm der Gemeindeeigene Verein alle Kosten,  
inklusive dem „kleinen“ Beförderungsschein.

Am 01.08.2017 ging ´s dann los....  
Und was soll ich sagen/schreiben.....?!

Ich fahre fast immer Montagsnachmittags, habe meine „Stammgäste“. Diese Dankbarkeit der beförderten Personen tut mir trotz Schmerzen unglaublich gut, da es mich:

mental aufbaut und glücklich macht  
mich aus meiner Isolation holt  
von den Schmerzen ablenkt  
das Gefühl gibt durch meine Fahrgäste „Teil von ihnen zu sein, d.h.:  
„normal“ zu sein,  
gebraucht und gemocht zu werden  
und mir so das Gefühl vermittelt nicht „nur“ immer Bittsteller bei der Krankenkasse zu sein.

Dieses Gefühl ist unbeschreiblich schön und psychisch sehr gut für meine eigene Verfassung.

Im April 2018, leider erst so spät, wurde ich, auch durch die Schmerzklinik Konstanz, auf die Schmerzselbsthilfegruppe aufmerksam und wurde sofort Mitglied.

Die Gruppe organisiert

fachliche und kompetente Vorträge,  
gemeinsame Ausflüge,  
regelmäßige Treffen,

die alle von Frau de Groot organisiert werden.

Dafür GANZ GROSSES LOB und HERZLICHEN DANK.

Die Gruppe unternahm unter anderem auch einen Ausflug mit dem Bürgerbus Rielasingen ins Naturbad Worblingen zum gemeinsamen Kaffeetrinken, sich in Gesprächen auszutauschen, Erfahrungen zu teilen und gegenseitig zu helfen.

Kurzum: dafür ist die Schmerzselbsthilfegruppe da

Hilfe von Betroffenen für Betroffene !!!

Durch meine ehrenamtliche, soziale Tätigkeit, mit Hilfe der Selbsthilfegruppe und auch der Schmerzklinik Konstanz

***kann ich so ein einigermaßen erträgliches und ausgefülltes Dasein leben.***