

Füreinander da sein in der Nachbarschaftshilfe

Engagierte Bürger: Bürgerhilfe Sontraer Land

Barbara Persch hat vor zwei Jahren einen Bürgerhilfverein gegründet, der nach dem Prinzip der gegenseitigen Hilfe Menschen in Notsituationen schnell und unbürokratisch Unterstützung anbietet.

VON ILONA POLK

Das es uns gut geht, ist doch nicht selbstverständlich“, sagt Barbara Persch. Die Geschäftsfrau aus Sontra ist kein Mensch, der die Augen vor der Not anderer verschließt. 2008 gründete sie den Verein Bürgerhilfe Sontraer Land. Der bietet Menschen in Ausnahmesituationen unbürokratisch und schnell Hilfe an.

Über 24 Jahre war Barbara Persch als Erzieherin im katholischen Kindergarten Sontra tätig. Während der Zeit habe sich ihr Blick geschärft für familiäre Situationen. „Die Stabilität in den Familien ist heute oft nicht mehr gegeben“, sagt sie. „Als Großfamilien noch unter einem Dach lebten, war immer jemand zu Hause. Und wenn ein Kind ein Problem hatte, haben die Großeltern das erkannt und

sich gekümmert, auch wenn beide Eltern gearbeitet haben. Die Kinder waren tief in der Familie verwurzelt.“

Sie selbst ist mit drei Geschwistern in Bad Soden-Alendorf aufgewachsen. Als Älteste hat sie gelernt, früh Verantwortung zu übernehmen. Ihr Vater war Schreiner, sein Einkommen nicht üppig. „Trotzdem hatte ich als Kind immer ein Gefühl der Zufriedenheit“, sagt Barbara Persch.

„Wir wollen uns im Geist alter Nachbarschaftshilfe unterstützen.“

BARBARA PERSCH

Vor acht Jahren gab sie ihren Beruf auf, um in der Firma ihres Mannes Peter mitzuarbeiten. Sie ist für die Buchführung und Verwaltung zuständig. Auch die beiden Söhne arbeiten mit im Familienbetrieb, einem Küchenstudio. Die 58-jährige wollte über ihre Arbeit hinaus noch etwas Eigenes auf die Beine stellen, sich sozial engagieren. Nach vielen Beratungen mit Freunden und dem Bürgermeister von Sontra gründete sie mit diesem den Bürgerhilfverein.



Hat noch einiges vor: Barbara Persch gründete vor zwei Jahren einen Bürgerhilfverein. Sie würde gern eine Begegnungsstätte einrichten, wo man sich in Caféhaus-Atmosphäre ohne Konsumzwang treffen kann.

Foto: Ilona Polk

„Hier sind die vielen Ideen aus unseren Gesprächen verwirklicht“, sagt Barbara Persch. Die Grundidee ist ganz einfach: Es gibt immer wieder Menschen, die in Not geraten, sich nicht gut ernähren können oder kein Geld für Kleidung haben. Andere Menschen benötigen einmalig Hilfe, kennen aber niemanden, der diese Hilfe erbringen

könnte. „Wir wollen uns im Geist alter Nachbarschaftshilfe unterstützen“, so die Gründerin.

Der Bürgerhilfverein führt eine Kleiderstube aus Spenden guter erhaltener Kleidung. Er gibt mit Unterstützung von Sontraer Unternehmen Lebensmittel an Bedürftige aus. Und er vermittelt Möbel und Hausrat. „Immer noch scheu-

en sich bedürftige Menschen, diese Angebote wahrzunehmen. Sie fürchten eine Stigmatisierung“, sagt Barbara Persch. Die Ansprache dieser Menschen erfordert Feingefühl: „Sie sind keine Almosenempfänger, sondern oft Menschen, die am Rande unserer Gesellschaft stehen.“

Die Mitglieder des Vereins – mittlerweile sind es 156 – un-

terstützen sich gegenseitig mit ihren Fähigkeiten. Jemand mäh den Rasen, wenn der Gartenbesitzer krank ist. Und die ältere Dame muss nicht allein zur Behörde gehen, sondern wird von einem Vereinsmitglied begleitet. Geben und Nehmen heißt das Motto, und die Hilfeleistungen sind freiwillig.

(zip)

Kontakt

Bürgerhilfe Sontraer Land
Barbara Persch
Tel. 0 56 53 / 9 17 59 62
E-Mail: barbara.persch@persch-die-kueche.de

HNA.DE

Die Nr. 1 in der Region...

... für Ihre Online-Werbung

Dürfen wir Sie bekannt machen?

Ihre Ansprechpartner:

Sascha Rudloff, Telefon 05 61/2 03-18 74, E-Mail: sascha_rudloff@hna.de
Florian Rappe, Telefon 05 61/2 03-13 81, E-Mail: florian_rappe@hna.de

www.HNA.de

GESUNDHEITZENTRUM MEDIFIT GMBH Ernährungscoaching mit System

Alexandra Pötter bringt es auf den Punkt: „Es musste was geschehen, seit Jahren kämpfe ich mit meinem Übergewicht und habe im Laufe der Zeit alle möglichen Diäten probiert und den darauf folgenden Jo-Jo-Effekt erlebt. Das Angebot von medifit war meine letzte Hoffnung – und hat meine Erwartungen bei Weitem übertroffen!“

Ernährungscoaching mit System in Verbindung mit einem individuellen Trainingsplan hieß das Programm, welches das Wolfhager Gesundheitszentrum medifit erarbeitet hatte. Im Mittelpunkt stand die Reduktion der Kohlenhydrate im täglichen Ernährungsplan, der eigens für jeden Teilnehmer erarbeitet wurde.

„Für jedes geschwundene Kilo bekommen Sie einen Teil der Kursgebühr zurück.“

CHRISTOF SCHREINER

Nach einem Info-Abend zu Beginn des achtwöchigen Kurses wurde zunächst eine Körperzusammensetzungsanalyse durchgeführt. Wie hoch ist der Fettanteil im Körper, wie viel Wasser hat er gespeichert, wie stark ist die Muskulatur ausgebildet und welchen Körpervolumen weisen die Teilnehmer auf? Danach erhielten die Mitwirkenden sowohl einen individuellen Ernährungsplan in Form der Low-Carb-Diät als auch einen persönlichen Trainingsplan für das Gesundheitszentrum.



Ein voller Erfolg: Christof Schreiner gratuliert Alexandra Pötter zur überaus erfolgreichen Teilnahme am Kurs.

Foto: Hoffmann

Dabei stand den Teilnehmern neben den Geräten selbstverständlich auch das gesamte Angebot des Studios zur Verfügung, inklusive Elektro-Stimulation, Vakuumbehandlung und Vibrationstraining. „Dank der Kombination der Ernährungsumstellung und der körperlichen Bewegung fand eine Stoffwechsellage statt“, erläutert Christof Schreiner von medifit, „dies führte zu sichtbarem Erfolg.“ Alexandra Pötter verlor in elf Wochen nicht nur 11,5 Kilogramm Körpergewicht, reduzierte ihren Körpervolumen um 16 Zentimeter und kann eine Senkung ihres Körperfettanteils um sieben Prozent aufweisen, sie ist sogar nicht länger Typ-II-Diabetikerin. „Der achtwöchige Kurs war so erfolgreich, dass wir ihn nach den Sommerferien wiederholen wollen“, verspricht Christof Schreiner, „dann kaufen wir Ihnen wieder Ihr Fett ab – für jedes geschwundene Kilo bekommen Sie einen Teil der Kursgebühr zurück.“ (gi)

Kontakt

Gesundheitszentrum
Medifit GmbH
Gutenbergstraße 2
34466 Wolfhagen
Tel. 0 56 92 / 99 50 01
www.medifit-wolfhagen.de