

Psychische Gesundheit im Blick



Bürgerstiftung Gütersloh fördert „Recovery College“ mit 150.000 Euro

Körper und Geist bilden eine Einheit - im Idealfall. Das ist den meisten Menschen im Prinzip klar, doch viel zu oft wird die psychische Gesundheit vernachlässigt. Das „Recovery College Gütersloh“ (RCGT) setzt vor allem auf Prävention und bietet als Bildungseinrichtung Raum für die Auseinandersetzung mit diesem wichtigen Thema. Das RCGT bietet klassische Präsenz-Kurse an, aber auch ein im Aufbau befindliches digitales Lernangebot. Ein niederschwelliges Angebot für die Bürgerinnen und Bürger Güterslohs, das die Bürgerstiftung mit 150.000 Euro fördert.

„Das Recovery College ist ein innovativer Ansatz, um Menschen darin zu stärken, sich mit Themen der psychischen Gesundheit aktiv auseinander zu setzen“, sagt Katrin Meyer, Projektvorstand der Bürgerstiftung. „Uns hat insbesondere überzeugt, dass sich hier das Erfahrungswissen von Menschen, die selbst psychische Krisen erlebt haben, und das Fachwissen von in der Psychiatrie tätigen Menschen vereinen. Dass das College zusätzlich zum normalen Kursangebot nun verstärkt am Angebot einer digitalen Plattform arbeiten wird, wertet das Angebot noch weiter auf. Den Aufbau des „E-Recovery-College“ fördern wir darum gerne in den nächsten drei Jahren mit 150.000 Euro.“

Andrea Zingsheim und Prof. Michael Schulz entwickeln das Angebot gemeinsam mit ihrem Verein ReOrGe e.V. mit Sitz auf dem Gelände des LWL-Klinikums. „Gerade die Monate der Corona-Pandemie haben den Wert des Online-Angebotes bewiesen“, sagt Vereinsvorsitzende Andrea Zingsheim. „Die ersten Teilnehmer melden uns zurück, trotz räumlicher Distanz den anderen Teilnehmenden nah zu sein und sich in vertrauter Atmosphäre gut austauschen zu können.“ Sie hätten sich wohl gefühlt und durch diese ganz neue Situation wertvolle Erfahrungen sammeln konnten.

„Die Bürgerinnen und Bürger auf ihrem Weg zu mehr psychischem Wohlbefinden zu unterstützen, macht Gütersloh zu einer lebenswerten Gemeinde“, sagt Prof. Michael Schulz, stellvertretender Vorsitzender des Vereins. Dazu stelle das RCGT ein innovatives und in Deutschland in dieser Form bisher seltenes Angebot dar. Prof. Michael Löhr ist Pflegedirektor im LWL-Klinikum und begleitet den Aufbau des Recovery College. „Wir schätzen dieses niederschwellige Angebot sehr und wissen um den Wert für die Menschen in ganz unterschiedlichen Lebenslagen.“

Die Unterstützung des LWL-Klinikums ist dem Recovery College sicher. So wird auch der Ärztliche Direktor Prof. Klaus-Thomas Kronmüller zusammen mit anderen Dozenten selbst Kurse anbieten. "Dass man etwas für seine körperliche Gesundheit tun muss, ist den meisten Menschen bekannt, dass man aber etwas für seine seelische Gesundheit tun kann und auch muss schon weniger. Das Recovery College bietet dafür ganz neue Angebote“, sagt er.

Die Bürgerstiftung engagiert sich hier bereits seit 2011 in verschiedenen Projekten zum Thema psychische Gesundheit wie z.B. mit dem EX-In-Programm oder der Unterstützung des Vereins Soulbuddies. „Mit der Förderung des E-Recovery Colleges setzt die Bürgerstiftung ihre strategische und lösungsorientierte Projektarbeit fort“, sagt Katrin Meyer. Unter www.recovery-college-gt-owl.de finden Interessierte neben dem Kursprogramm und den Online-Kursen auch einen Film über das RCGT, Podcasts, sowie Materialien zu Recovery.

Bildzeile:

Gesundheit und Wohlbefinden in Online- und Offline-Kursen: Das neue Recovery College Gütersloh bietet ein niederschwelliges Angebot rund um das Thema psychische Gesundheit. Prof. Michael Löhr, Andrea Zingsheim und Prof. Michael Schulz (LWL-Klinikum und Recovery College, v.l.n.r.) freuen sich gemeinsam mit Katrin Meyer (re.) von der Bürgerstiftung über die Förderung in den nächsten drei Jahren (auf dem Foto fehlt Prof. Klaus-Thomas Kronmüller).