

Menschen, so lebendig

Jasmin Seidl – Höchst-Hassenroth

Die Rubrik „Menschen“ stellt Menschen aus der Region – von Höchst bis Erbach und vom Brombachtal bis Breuberg – mit einem kurzen Porträt sowie drei immer gleich bleibenden Fragen vor. Die Rubrik soll interessante Menschen zeigen, die so vielfältig sind, wie der Odenwald und seine Bewohner.



Kreativität, ihre Liebe zu Handarbeiten und ihr großes Engagement für die Selbsthilfegruppe Angst-Panik-Depression Odenwald sowie für den NABU Spachbrücken zeichnen Jasmin Seidl aus.

Jasmin Seidl wurde im April 1966 in Wiesbaden geboren, verbrachte ihre ersten vier Lebensjahre in Mainz. Im März 1970 zog die Familie nach Taunusstein, wo die heute 50-Jährige mit zwei jüngeren Brüdern aufgewachsen ist und die Schule besuchte. Ihre Liebe zu Handarbeiten entdeckte die Wahl-Odenwälderin während ihrer Schulzeit. Nach dem Realschulabschluss 1983 besuchte Jasmin Seidl zwei Jahre lang die Fachoberschule für Wirtschaft und Verwaltung in Taunusstein.

Anschließend absolvierte sie von 1985 bis 1987 eine Ausbildung als Bürokauffrau bei SOKA-BAU in Wiesbaden. Dort arbeitete sie in unterschiedlichen Abteilungen bis zu ihrem beruflichen Ruhestand 2013. Schon seit ihrer Jugendzeit war und ist sie an Weiterbildungen und Seminaren zu den unterschiedlichsten Themen interessiert. „Ich finde es immer wieder spannend und lehrreich, Neues zu lernen“, berichtet sie. In der Jugendzeit waren das u. a. Gruppenleiterschulungen, später dann berufsbedingte Seminare. So machte die engagierte Südhessin beispielsweise 1994/95 ihre Ausbildungseigner-Prüfung. 2002 lernte die Bürokauffrau bei einem Umzug von Freunden ihren späteren Mann Bernd kennen. Die beiden kamen ca. zweieinhalb Jahre später zusammen, 2007 zog Jasmin Seidl zu ihm nach Reinheim. Seit 2009 wohnen sie nun in Höchst-Hassenroth und sind seit fast fünf Jahren verheiratet. Trotz des privaten Glücks mit ihrem Mann Bernd musste die kreative 50-Jährige in den vergangenen Jahren Rück- und Schicksalsschläge hinnehmen: Im Dezember 2010 starb ihre Mutter. Parallel dazu und schon viele Jahre vorher hatte Jasmin Seidl mit größeren gesundheitlichen Problemen wie der Colitis ulcerosa zu kämpfen, die

dazu führte, dass sie 2013 berentet wurde. Vor allem Depressionen setzten ihr sehr zu. Nach Klinik- und Reha-Aufenthalten und dem folgenden beruflichen Ruhestand, begann im Juli 2013 sozusagen eine Art Neuanfang. „Ich habe damals in der Zeitung von einer Veranstaltung der Selbsthilfegruppe Angst-Panik-Depression Odenwald (www.shg-apid.de) gelesen und Werner Niebel, den Ansprechpartner, angerufen“, sagt Jasmin Seidl und erklärt: „Die Reichelsheimer Selbsthilfegruppe ist eine Anlaufstelle für Menschen, die an psychischen Erkrankungen leiden und Unterstützung bei anderen Betroffenen suchen“ Neben den Betroffenen können auch deren Angehörige dort Rat und Hilfe finden, Erfahrungen austauschen sowie an Gesprächskreisen und Veranstaltungen teilnehmen. „Die folgenden Gespräche mit Werner Niebel waren quasi der Anlass für meine Mitarbeit in der SHG. Ich stieg in die Selbsthilfegruppe ein und übernahm noch im gleichen Jahr die Kassenführung. Damals gab es bei uns nur einen Gesprächskreis. Seit Juli 2016 bieten wir nun vier inklusive der Angehörigengruppe an“, erklärt Jasmin Seidl, die mittlerweile auch für die Organisation und Mitgliederverwaltung in der Selbsthilfegruppe zuständig ist. „Die SHG Angst-Panik-Depression hat zurzeit ca. 70 Mitglieder aus dem gesamten Odenwald, von Heppenheim bis Dieburg sowie von Lützelbach bis Ober-Ramstadt. Neben den verschiedenen Gesprächskreisen gibt es auch einen Stammtisch und einen Handarbeitskreis“, zählt Jasmin Seidl auf, die im Ersatzfall auch die Moderation einer Runde

übernimmt. „Die meisten Mitglieder sind zwischen 40 und 60 Jahren. Sie suchen Hilfe, weil sie merken, dass der berufliche Druck, Mobbing und/oder auch die familiäre Situation Auslöser der Krankheit sind“, so Jasmin Seidl. Durch eigene Erfahrungen weiß sie, wie wichtig eine solche Selbsthilfegruppe für Betroffene und deren Angehörige ist. Seit Februar 2015 gibt es unter ihrer Leitung den Handarbeits-Treff, der sich zweimal im Monat zum gemeinsamen Häkeln und Stricken trifft. „Wir haben seit September 2016 einen festen Raum, den uns die Gemeinde Brensbach, die unsere Selbsthilfegruppe sehr unterstützt, kostenlos zur Verfügung stellt. Darüber hinaus machen wir regelmäßige Seminare, Kegelabende, Lesungen und Ausflüge“, sagt Jasmin Seidl, die mit dem Organisations-Team um Werner Niebel, bestehend aus insgesamt fünf Mitgliedern, zudem Weiterbildungen für Selbsthilfegruppen besucht.

Neben ihrem großen Engagement für die Selbsthilfegruppe ist die Hassenrötherin auch beim NABU Spachbrücken als Schriftführerin aktiv, bei dem sie seit Dezember 2005 Mitglied ist. „Zum NABU Spachbrücken bin ich durch meinen Mann gekommen, der ein Gründungsmitglied ist. Ich helfe dort bei Veranstaltungen mit“, erzählt die Naturliebende, die auch ehrenamtlich im Förderwerk Natur aktiv und dort seit Frühjahr 2016 Kassenführerin ist.

Entspannen kann die 50-Jährige bei ihren Lieblingshobbies, dem Handarbeiten und Lesen sowie mit ihrem Kater. Besonders freut sie sich auf die zwei nächsten „großen“ Ter-

mine. „Am 10. Februar 2017 laden wir von der SHG zur öffentlichen Veranstaltung „Jörg läuft“ nach Reichelsheim ein“, sagt sie und hofft, auch wieder einige Aktive für eine SHG-Laufgruppe zu finden. Ein ganz besonderes Erlebnis wird sicherlich auch ihre anstehende Kreuzfahrt sein, die sie zu ihrem 50. Geburtstag teilweise geschenkt bekommen hat – und auf der sie zwei Wochen Entspannung pur genießen kann.

Für den Odenwälder Lokalblick stand Jasmin Seidl Rede und Antwort:

Wenn Sie Königin von Deutschland wären, was wäre Ihre erste Tat?

Seidl: Wenn ich Königin von Deutschland wäre, würde ich das Fach Ernährungswissenschaften ab der vierten Klasse durchgängig einführen, damit früh vermittelt wird, was Schokolade, Gemüse, Drogen, Sport und anderes mit dem Körper machen.

Sie haben drei Wünsche frei. Nennen Sie uns diese bitte.

Seidl: Zuerst wünsche ich mir Gesundheit für mich, meinen Mann, meine Familie, Freunde und Verwandte. Mein zweiter Wunsch ist persönliche Sicherheit für alle Menschen. Zu guter Letzt wünsche ich mir eine Ferienwohnung in meiner Lieblingsstadt Hamburg.

Welcher Mensch in Ihrem Leben hat den größten Eindruck auf Sie gemacht?

Seidl: Es gibt viele Menschen, die mich beeindruckten. Vor allem Krankenschwestern und Pfleger, weil sie ganz viel Arbeit am und für Menschen leisten und dabei schlecht bezahlt werden.