

Jahresbericht 2018

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel

Hanns-Albeck-Platz 2
47441 Moers
Telefon: 02841-90 00 16
Telefax: 02841-90 00 20
selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-wesel.de

Ansprechpartnerinnen
Ursula Pötters, Sandra Tinnefeld und Marion Heier

Rahmenbedingungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle (SHK) informiert, berät und unterstützt seit 2003 die Selbsthilfe im Kreis Wesel. Träger ist der Paritätische Wohlfahrtsverband NRW e.V. Kreisgruppe Wesel.

Personalausstattung

Die SHK arbeitet mit zwei Fachkräften, die sich auf einen Stellenumfang von 43,25 Wochenstunden aufteilen. Die Sachbearbeitung ist mit einer 0,5 Stelle besetzt.

Sprechzeiten

Für Informationen und Beratung steht die SHK Montag von 09.00 bis 12.00 Uhr und von 16.00 bis 18.00 Uhr, Donnerstag von 13.00 bis 16.00 Uhr sowie Freitag von 10.00 bis 13.00 Uhr zur Verfügung. Darüber hinaus bietet die Selbsthilfe-Kontaktstelle jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 14.00 bis 17.00 Uhr eine Sprechstunde in den Räumen des Integrationsfachdienstes (IFD) der Spix e.V., an. Zusätzliche Termine nach Vereinbarung. Seit 12.02.19 findet die Sprechstunde in den Räumen der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB), Viktoriastr. 10 in Wesel statt.

Finanzierung

Die SHK wird durch Fördermittel des Kreises Wesel, der gesetzlichen Krankenkassen, des Landes NRW und durch die Eigenmittel des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes getragen.

Die Leistungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle sind für die Anfragenden kostenfrei.

Aufgabenbereiche

Die SHK berät und vermittelt Interessierte in aktuell 352 Selbsthilfegruppen (SHG) bzw. verweist gleichzeitig oder alternativ an entsprechende Facheinrichtungen. In ausführlichen Beratungsgesprächen können persönliche Problemlagen geklärt werden und hilfreiche Perspektiven erarbeitet werden. Gründungsinitiativen werden unterstützt und auf Wunsch in der Anfangszeit begleitet. Unterstützung wird vor allem bei organisatorischen Fragen, Öffentlichkeitsarbeit oder bei der Lösung von Gruppenkonflikten abgefragt.

Informationsveranstaltungen zu Selbsthilfe-Themen, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit gehören ebenfalls zu den Aufgaben des Fachbereiches Selbsthilfe.

Gruppengründungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle

unterstützte in 2018 folgende Gründungen von Selbsthilfegruppen durch Beratung und/oder Begleitung in der Anfangsphase:

- SHG für Menschen mit einer Angststörung in Wesel
- SHG für Menschen mit einer Angststörung in Neukirchen-Vluyn (existiert nicht mehr)
- SHG für Menschen mit Skoliose in Moers
- Gesprächskreis für Studenten Uni Rhein-Waal, Kamp-Lintfort (5 Termine)
- Licht sehen – SHG für Menschen mit Depressionen und Ängsten in Kamp-Lintfort
- Elternkreis von Kindern mit FASD in Wesel
- SHG für Menschen mit Polyneuropathie und deren Angehörige in Dinslaken
- Pflegende Angehörige in Schermbeck im Rahmen des Projektes Sedum

Für folgende Themen ist Bedarf vorhanden:

- ⇒ Binge eating (Essstörung)
- ⇒ Sternenkinder (Trauer)
- ⇒ Einsamkeit/Kontaktschwierigkeiten

Öffentlichkeitsarbeit und Schwerpunkte in 2018

- ⇒ Coaching für Gruppenleiter am 17.01.18 in Xanten in Kooperation mit Frau Sanders, Spix e.V.
- ⇒ Lesung „Leben zwischen Fußball und Wahnsinn. Die Angst besiegen.“ mit Thorsten Albustin am 29.01.18 in Moers
- ⇒ Gesamttreffen aller Selbsthilfegruppen am 15.02.19 in Moers
- ⇒ Lesung „Leben zwischen Fußball und Wahnsinn. Die Angst besiegen.“ mit Thorsten Albustin am 05.03.18 in Hamminkeln

- ⇒ Treffen AG Selbsthilfe (Vertreter einzelner Gruppen) am 13.03.18 in Wesel
- ⇒ Lesung „Leben zwischen Fußball und Wahnsinn. Die Angst besiegen.“ mit Thorsten Albustin am 12.04.18 in Xanten
- ⇒ Vortrag über die Selbsthilfe vor den Ehrenamtlern der Nachbarschaftsberatung Hamminkeln am 30.04.18
- ⇒ Informationsstand auf einer Veranstaltung der DMSG Ortsvereinigung Dinslaken-Hünxe-Voerde e.V. am 09.06.18 in Dinslaken
- ⇒ Lesung „Leben zwischen Fußball und Wahnsinn. Die Angst besiegen.“ mit Thorsten Albustin am 11.06.18 in Dinslaken
- ⇒ Workshop für Selbsthilfegruppen zum Thema „Resilienz“ – gemeinsame Veranstaltung mit dem Selbsthilfebüro am 16.06.18 in Geldern
- ⇒ Gemeinsame Infoveranstaltung zum Thema „Essstörungen“ und „Adipositas“ mit der Gelderlandklinik, der Frauenberatungsstelle Impuls und dem Selbsthilfebüro Kreis Kleve am 12. und 13. September
- ⇒ Lesung „Leben zwischen Fußball und Wahnsinn. Die Angst besiegen.“ mit Thorsten Albustin am 24.09.19 in Wesel
- ⇒ Informationsstand Aktionsmeile „Aktiv älter werden in Kamp-Lintfort“ am 06.10.18
- ⇒ Selbsthilfe Truck am 07.10.19 in Rees
- ⇒ 15 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle am 27.10.19 in Moers-Veranstaltung mit 4 verschiedenen Workshops für Selbsthilfegruppenmitglieder
- ⇒ Vorstellung der Selbsthilfe auf Informationsveranstaltung für Angehörige von depressiv erkrankten Menschen vom Bündnis gegen Depressionen am 10.11.19 in Kamp-Lintfort und am 17.11.19 in Dinslaken
- ⇒ Vorstellung der Selbsthilfe-Kontaktstelle im Sozialausschuss des Kreises Wesel am 21.11.18
- ⇒ Teilnahme an den Treffen des Bündnisses gegen Depressionen und der PSAG Untergruppe „Erwachsenenpsychiatrie“ und „Sucht“
- ⇒ Regelmäßige Moderation und Unterstützung in verschiedenen bereits bestehenden Selbsthilfegruppen
- ⇒ Austausch mit Beratungsstellen, z.B. Frauen helfen Frauen e.V., Spix e.V., Caritas, Diakonisches Werk, Arbeiterwohlfahrt, u.v.a.
- ⇒ Austausch mit allen Krankenhäusern und Gesundheitszentren im gesamten Kreis Wesel, überregional mit Kliniken im Kreis Kleve
- ⇒ Veröffentlichung und Pflege der Daten der Selbsthilfegruppen im Internet auf der Seite www.selbsthilfenetz.de
- ⇒ regelmäßige Selbsthilfefinfos und Sprechzeiten in der örtlichen Presse

- ⇒ Austausch mit allen Kolleginnen und Kollegen in NRW im Landesarbeitskreis aller Selbsthilfekontaktstellen und in der Arbeitsgemeinschaft aller SHK im Paritätischen Wohlfahrtsverband und auf internen Regionaltreffen
- ⇒ Auslage von Flyern in Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäusern, Beratungsstellen, Schulen, Volkshochschulen, Museen und anderen öffentlichen Einrichtungen
- ⇒ Regelmäßige Information der Öffentlichkeit über die Selbsthilfe im Kreis Wesel. Kontinuierlich wird mit Faltblättern, Presseartikeln, Internetseiten auf die Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfe-Kontaktstelle hingewiesen
- ⇒ Seit Februar 2018 nimmt die Selbsthilfe-Kontaktstelle an dem Projekt „SelbsthilfeNews“ teil, welches von den Ersatzkassen in NRW gefördert wird. Im Berichtszeitraum wurden sechs elektronische Newsletter erstellt, um über die Selbsthilfe und verwandte Themen im Kreis Wesel zu berichten. Weitere Informationen und die Anmeldung sind unter www.selbsthilfe-news.de möglich.

Beratung und Vermittlung

Im Berichtszeitraum 2018 wurden insgesamt 1.869 Anfragen bearbeitet. Davon fragten 827 Interessenten, 152 Angehörige von Betroffenen, 401 Selbsthilfegruppen und 454 professionelle Kräfte telefonisch (991), schriftlich (626) oder aber auch durch den persönlichen Besuch (252) in der Kontaktstelle an.

Die Nachfragen bezogen sich auf folgende Anliegen:

Anliegen von SH-Interessierten / Professionellen	
Allgemeine Selbsthilfeinfos	155
Austausch Infos	85
Suche nach SHG	905
Gruppengründung	121
Suche nach Profis	56
Öffentlichkeitsarbeit	64
Gremienarbeit/Kooperation	84
Finanzen	36

Anliegen von Selbsthilfegruppen	
Organisatorische Unterstützung	71
Öffentlichkeitsarbeit	80
Starthilfe/Anleitung	32
Gruppendynamik	28
Fort- und Weiterbildung	71
Vermittlung von Profis	24
Finanzen, KK-Förderung	57
Austausch aktueller Infos	61
Gremienarbeit/Kooperation/Netzwerk	12

941 Anfragen kamen von weiblichen Interessentinnen und 473 Anfragen von männlichen Interessenten. Die Anfragen der Profis wurden nur mit ihrem Anliegen erfasst, die anderen Parameter werden in diesen Fällen nicht erhoben.

Die Kontakte zur SHK wurden über verschiedene Wege direkt hergestellt. So kamen 460 Anfragen direkt über die Selbsthilfeunterstützungsstellen, 306 über das Internet, 108 über Professionelle, 342 über Presseartikel in den Medien, die restlichen Anfragen kamen über die Selbsthilfegruppen, über Veranstaltungen, Freunde oder Angehörige und sonstiges zustande.

Zusätzlich verzeichneten wir insgesamt 2.215 ausgehende Kontakte, hauptsächlich zu Verwaltungen, Beratungsstellen, den Krankenkassen, medizinischen Fachkräften, zu anderen Selbsthilfe-Kontaktstellen, Presse und Medien, Politik und Kooperationspartnern.

Die häufigsten Anfragen erfolgten in 2018 zu folgenden Themen:

- ⇒ Depressionen/bipolare Störungen
- ⇒ Angst und Panik
- ⇒ Wirbelsäulenerkrankungen,
- ⇒ Sucht/Alkohol
- ⇒ Neurologische Erkrankungen, z.B. Polyneuropathie
- ⇒ Sucht/ Essstörungen

Zusammenarbeit mit professionellen Fachkräften

Die Zusammenarbeit und die Vernetzung mit professionellen Kräften und Einrichtungen wie Ärzten, Therapeuten, Krankenhäusern, Krankenkassen, Sozialdiensten, Beratungsstellen u. a. sind eine wichtige Grundlage für die Informations- und Beratungsfunktion. Ziel der Arbeit der Selbsthilfe-Kontaktstelle ist die Pflege und Ausweitung dieser Vernetzung, z.B. durch Teilnahme an Austauschtreffen oder Vorträgen in den einzelnen Institutionen.

Zu folgenden Themen finden Sie 352 Gruppen im Kreis Wesel:

ADHS
 Adipositas
 Adoptiveltern
 Aids
 Angst- und Panikattacken
 Alkoholabhängigkeit
 Allergie
 Alzheimer
 Atemwegserkrankungen
 Autismus
Behinderte
 Blinde
 Borderline
Chromosomenschädigung
 Colitis Ulcerosa
 Colostomie
Darmerkrankungen
 Demenz
 Depressionen
 Diabetes
 Drogen
Essstörungen
 Emotion Anonymous
Fibromyalgie
 Fetales Alkoholsyndrom (Elterngruppe)
 Frühgeburt
Geistige Behinderung
 Gesichtsfeldausfall
 Glückspielsucht
Hochsensibilität
 Homosexualität
 Ileostomie
 Inkontinenz
Kehlkopflose
 Kinderlosigkeit
 Kontaktstörung
 Körperbehinderung
 Krebs
Medikamentenabhängigkeit
 Messie-Syndrom
 Mobbing
 Morbus Basedow
 Morbus Bechterew
 Morbus Crohn
 Multiple Sklerose
 Muskelerkrankung
Nierenerkrankungen
Organtransplantierte
 Osteoporose
Panikattacken
 Pankreatektomie
 Parkinson
 Pflegende Angehörige
 Phenylketonurie
 Polyneuropathie
 Prostataerkrankungen
 Psychische Erkrankungen
Rheuma
Schlafapnoe
 Schlaganfall
 Schmerzen
 Sehbehinderte
 Sjögren-Syndrom
 Sklerodermie
 Skoliose
 Spielsucht
 Spina Bifida
 Sprachbehinderung
 Sterbebegleitung
 Stoffwechselerkrankung (PKU)
 Sternenkinder
Tinnitus
 Trauer
Verwaiste Eltern
Wachkoma
Zöliakie