

Jahresbericht 2019

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

Ute Gieffers, 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 der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) in Wesel an. Zusätzliche Termine nach Vereinbarung.

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 335 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 angefragt.

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

Gruppengründungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle

unterstützte in 2019 folgende Gründungen von Selbsthilfegruppen durch Beratung und/oder Begleitung in der Anfangsphase:

- ⇒ Pflegende Angehörige in Hamminkeln im Rahmen des Projektes Sedum
- ⇒ Pflegende Angehörige in Hünxe im Rahmen des Projektes Sedum
- ⇒ Selbsthilfegruppe für stotternde Erwachsene in Moers
- ⇒ Selbsthilfegruppe für verlassene Eltern in Moers
- ⇒ Gesprächskreis für Eltern von anorektischen Kindern in Wesel
- ⇒ Selbsthilfegruppe für Lebertransplantierte Menschen in Moers
- ⇒ Selbsthilfegruppe Sternenkinder Wesel

Für folgende Themen ist Bedarf vorhanden, aber in 2019 noch keine Gruppe gegründet worden:

- ⇒ Essstörung – Gruppe für Betroffene
- ⇒ Einsamkeit/Kontaktschwierigkeiten
- ⇒ Lösung aus emotionaler Abhängigkeit (Frauengruppe)
- ⇒ Bipolare Störung – Gruppe für Angehörige und Betroffene
- ⇒ Chronisches Erschöpfungssyndrom
- ⇒ Adoptiv- und Pflegeeltern von Kindern mit Handicap
- ⇒ Opfer einmaliger sexueller Gewalt

Für folgende Themen konnten aufgrund von mangelnder Resonanz keine Gruppen gegründet werden:

- ⇒ Borderline
- ⇒ Leben mit persönlicher Assistenz

Öffentlichkeitsarbeit und Schwerpunkte in 2019

- ⇒ Kaffee und Kommunikation – Austauschtreffen für Gruppenleiter am 28.01.20 in Moers
- ⇒ Gesamttreffen aller Selbsthilfegruppen am 07.03.19 im Kreishaus in Wesel
- ⇒ Im Rahmen der bundesweiten Aktionswoche „Wir hilft“ des Paritätischen vom 18.05.- 25.05.20:
 - Lesung mit Thorsten Albustin zum Thema Angst in Hünxe
 - Infostand der Selbsthilfe-Kontaktstelle auf dem Wochenmarkt in Xanten
 - Dankeschön Veranstaltung für die Selbsthilfegruppen in Xanten
- ⇒ Teilnahme und Workshop auf dem Frauengesundheitstag der Knappschaft am 26.06.19 in Moers
- ⇒ Im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit gemeinsamer Infostand mit dem SPZ des Caritasverbandes am 08.10.19 in Dinslaken und am 11.10.19 in Voerde
- ⇒ Infostand auf der Inkontinenz Veranstaltung im Bethanien Krankenhaus am 30.10.20 in Moers
- ⇒ Vernetzung und Austauschtreffen mit der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB)
- ⇒ Austausch mit Beratungsstellen, z.B. Frauen helfen Frauen e.V., Spix e.V., Caritas, Diakonisches Werk, Arbeiterwohlfahrt, u.v.a.
- ⇒ Austausch mit Krankenhäusern und Gesundheitszentren im gesamten Kreis Wesel sowie ergänzend mit Kliniken im Kreis Kleve
- ⇒ Austausch mit der Hochschule Rhein-Waal zum Thema gestresste Studenten

- ⇒ Veröffentlichung und Pflege der Daten der Selbsthilfegruppen im Internet auf der Seite www.selbsthilfenetz.de
- ⇒ regelmäßige Selbsthilfeinfos 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.
- ⇒ Die Selbsthilfekontaktstelle ist in folgenden Gremien/Arbeitskreisen vertreten:
 - Kommunale Gesundheitskonferenz
 - Kommunale Gesundheitskonferenz Alter und Pflege
 - PSAG Sucht
 - PSAG Erwachsenenpsychiatrie
 - Bündnis gegen Depressionen

Beratung und Vermittlung

Im Berichtszeitraum 2019 wurden insgesamt 1.731 Anfragen bearbeitet. Davon fragten 783 Interessenten, 133 Angehörige von Betroffenen, 342 Selbsthilfegruppen und 444 professionelle Kräfte sowie 29 sonstige Interessenten telefonisch (927), schriftlich (584) oder aber auch durch den persönlichen Kontakt (220) in der Kontaktstelle oder auch außerhalb, z. B. bei Veranstaltungen an.

Die Nachfragen bezogen sich auf folgende Anliegen:

Anliegen von SH-Interessierten / Professionellen	
Allgemeine Selbsthilfeinfos	159
Austausch Infos	123
Suche nach SHG	801
Gruppengründung	113
Suche nach Profis	64
Öffentlichkeitsarbeit	61
Gremienarbeit/Kooperation	105
Finanzen	16

Anliegen von Selbsthilfegruppen	
Organisatorische Unterstützung	50
Öffentlichkeitsarbeit	68
Starthilfe/Anleitung	64
Gruppendynamik	27
Fort- und Weiterbildung	26
Vermittlung von Profis	2
Finanzen, KK-Förderung	36
Austausch aktueller Infos	99
Gremienarbeit/Kooperation/Netzwerk	12

859 Anfragen kamen von weiblichen Interessentinnen und 396 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 206 Anfragen direkt über die Selbsthilfeunterstützungsstellen, 313 Kontakte über das Internet, 129 Anfragen über Professionelle und 298 Anfragen über Presseartikel in den Medien, die restlichen Anfragen kamen über die Selbsthilfegruppen, über Veranstaltungen, Freunde oder Angehörige und sonstiges zustande.

Zusätzlich verzeichneten wir insgesamt 2.253 ausgehende Kontakte, hauptsächlich zu Verwaltungen, Beratungsstellen, den Krankenkassen, medizinischen Fachkräften, zu anderen Selbsthilfe-Kontaktstellen, Presse und Medien, Politik und Kooperationspartnern.

Durch die Überalterung in der Selbsthilfe haben sich in den letzten zwei Jahren durchschnittlich mehr Selbsthilfegruppen aufgelöst als in den Jahren zuvor. Auch ist ein Trend zu verzeichnen, dass weniger Menschen sich aktiv in der Gruppe engagieren möchten. Viele Gruppen lösen sich auf, weil kein Nachfolger als Ansprechpartner gefunden werden kann.

Die häufigsten Anfragen erfolgten in 2019 zu folgenden Themen:

- ⇒ Depressionen/bipolare Störungen
- ⇒ Angst und Panik
- ⇒ Sucht/Alkohol
- ⇒ Trauer/Tod
- ⇒ Krebserkrankungen
- ⇒ 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 335 Gruppen im Kreis Wesel:

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