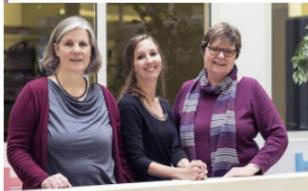


Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld
 Mühlenstraße 42
 47798 Krefeld
 Tel.: 02151 961 90 25
 Fax: 02151 961 90 22
 E-Mail: selbsthilfe-krefeld@paritaet-nrw.org
 www.selbsthilfe-krefeld.de

Sprechzeiten:
 Di., Mi., Do.: 09.00 - 13.00 Uhr
 und auch Mi.: 16.00 - 19.00 Uhr
 sowie nach Vereinbarung



Gruppengründungs-Initiativen gab es in 2017 zu den Themen:

- Hirnverletzungen
- Gruppe für Eltern von Kindern mit starken Verhaltensauffälligkeiten
- Hochsensible Familien
- Elternkreis Soziale Angst
- Lichen sclerosus
- Erfahrungsaustausch zum Ambulant Betreuten Wohnen

Nicht alle Initiativen mündeten in bestehende Selbsthilfegruppen.



IMPRESSUM

Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld

Redaktion:
 Anne Behnen
 Ilona Heinz

Bild/Logonachweis:
 Der Paritätische Landesverband NRW/PariSozial Krefeld
 Stand: April 2018

Gremienarbeit, Kooperationen, Veranstaltungen

Mitarbeit in Gremien, Kooperation mit Facheinrichtungen

- Zusammenarbeit mit den gesetzlichen Krankenkassen bzgl. der Selbsthilfeförderung
- Regionalpartner von Aktion Mensch beim Familienratgeber
- Mitarbeit in der Sachverständigen-Gruppe für Behindertenfragen im Paritätischen Krefeld
- Mitarbeit in der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft Krefeld (PSAG)
- Kooperation mit dem ab August 2017 neu eingerichteten Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe, und der dort tätigen Kollegin Jenny Paulsen
- Mitarbeit in der AG ERINNERNVERGESSEN zum Thema Demenz
- Kooperation mit den Krefelder Lebensberatungsstellen
- Mitarbeit im Landesarbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW (LAK)
- Mitarbeit in der AG Parität SHK NRW



Veranstaltungen mit Beteiligung der Selbsthilfe-Kontaktstelle

- Infoveranstaltung zu „Hilfen bei Depression u. Ängsten“ in Kooperation mit der VHS (März)
- Gesundheitstag Vera-Beckers Berufskolleg und Kaufmannsschulen (Juni)
- Infostand beim Stadtteilstfest Fischeln Open (September)



- Infostand bei der Gesundheitsmesse (Oktober)



Aktuelle Themenliste (alphabetisch geordnet)

| | | |
|--|--|---|
| <p>AD(H)S Adipositas Adoptiv- u. Pflegeeltern Alkohol- u. Medikamenten-abhängigkeit (Betr./ Angeh.) Allergien/ Asthma (Einzelberatung) Alopezia Areata ALS Angst- u. Panikattacken Ambul. Betreutes Wohnen Angst, soziale (Betroffene und Elternkreis) Aphasie Asperger-Autismus Autoimmune häm. Anämie Behinderung (geistig/ körperl.) Blindheit u. Sehbehinderung Borderline (Betr.u.Angeh.) Brustkrebs COPD Cochlear Implantat Demenz, frontotemporale; progr. Aphasie; Morb. Pic Depression (Betr./ Angeh.) Diabetes</p> | <p>Eifersucht Elternkreis hochsensible Kinder Elternkreis verhaltensauffällige Kinder Essstörungen Fibromyalgie Gehörlosigkeit Gesunde Beziehungen Gewalterfahrung (Frauen) Glaukom – Grüner Star Großeltern, verstoßene Hirnverletzungen Hochsensibilität Junge Menschen (16-30) mit psychischen Problemen Kehlkopfflosgigkeit Kopfschmerz, Migräne Krebserkrankungen Lebenskrisen Lichen sclerosus Lungenerkrankungen Makula Degeneration Messie-Syndrom Morbus Bechterew Morbus Crohn Morbus Sudeck</p> | <p>Mukoviscidose Multiple Sklerose Onlinesucht Osteoporose Parkinson Pflegende Angehörige Prostata-Erkrankungen Psychische Belastungen Rett-Syndrom Rheuma Sarkoidose Schlafapnoe, Schlafstörung Schmerz, chronischer Sexuelle Übergriffe in der Kindheit (Frauen) Spielsucht Stoma Sucht Syngap 1 Tauschkreis Tourette-Syndrom Trennung Transgender, Intersexualität Trauer Väter ohne Kontakt zum Kind Zwangsstörung</p> |
|--|--|---|

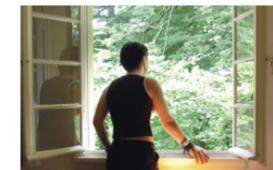


JAHRESBERICHT 2017

Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld

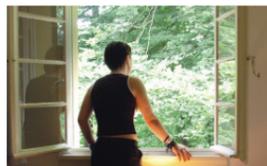
INHALT

- Einleitung
- Rahmenbedingungen
- Finanzierung
- Personelle Situation
- Zahlen und Fakten



Selbsthilfe

- mobilisiert eigene Kräfte
- lebt von der Gemeinschaft
- braucht Unterstützung



„Durch die gemeinsamen Gespräche habe ich gelernt, mit der Krankheit besser zurecht zu kommen.“

Ein Teilnehmer aus einer Selbsthilfegruppe



Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld informiert, berät und unterstützt in Sachen Selbsthilfe — als eine von vielen Unterstützungseinrichtungen dieser Art in NRW.



Einleitung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld ist die zentrale Informations-, Beratungs- und Unterstützungseinrichtung zum Thema Selbsthilfe in Krefeld. Menschen mit einer chronischen Erkrankung und/ oder Behinderung, ebenso Menschen mit einer psychischen oder Abhängigkeitserkrankung aber auch professionelle Einrichtungen nutzen die Selbsthilfe-Kontaktstelle.

Die Mitarbeiterinnen informieren über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen, vermitteln in bestehende Gruppen und unterstützen neue Gruppengründungen. Parallel oder alternativ hierzu verweist und informiert die Selbsthilfe-Kontaktstelle an vorhandene professionelle Hilfsangebote und Institutionen.

Ein Schwerpunkt ist die Zusammenarbeit und Unterstützung der bestehenden Selbsthilfegruppen vor Ort. Es werden regelmäßig Gesamttreffen der Krefelder Gruppen sowie Fortbildungsangebote organisiert und einzelne Gruppen zu Themen wie Krankenkassenförderung, Gruppendynamik und zu organisatorischen Fragen beraten.

Die Zusammenarbeit mit verschiedenen professionellen Einrichtungen und eine intensive Öffentlichkeitsarbeit, welche die Organisation von Informationsveranstaltungen, die Gestaltung von Printmedien, die Nutzung sozialer Medien und die Herausgabe eines Newsletters umfasst, ist ebenfalls ein wichtiger Bestandteil der Arbeit der Kontaktstelle.

Rahmenbedingungen

Träger der Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld ist die Gatherhof gGmbH, eine 100%ige Tochtergesellschaft des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes, Kreisgruppe Krefeld. Die Kontaktstelle besteht seit 2001 und ist barrierefrei zugänglich. Das Büro befindet sich in der ersten Etage des Begegnungszentrum Wiedenhof. Dieses bietet des Weiteren Seminar- und Veranstaltungsräume unterschiedlicher Größe, die auch von Selbsthilfegruppen genutzt werden können.

Finanzierung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wird durch Fördermittel der Stadt Krefeld, der gesetzlichen Krankenkassen, des Landes Nordrhein-Westfalen und durch Eigenmittel des Trägers finanziert. Die Angebote der Kontaktstelle sind für die Anfragenden kostenfrei.

Personelle Situation

Im Jahr 2017 hat es einen personellen Wechsel gegeben. Claudia Dassel hat die Kontaktstelle verlassen und Ilona Heinz diese Stelle als pädagogische Fachkraft (20 WStd.) übernommen. Anne Behnen (pädagogische Fachkraft, 28 WStd.) und Annette Fischer (Sachbearbeiterin, 20 WStd.) sind weiterhin in der Kontaktstelle tätig, Hinzu kommt eine Anzahl von engagierten ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

Zahlen und Fakten - ein Überblick

2017 wurde die Selbsthilfe-Kontaktstelle 1.259 mal kontaktiert. Von diesen Kontaktaufnahmen erfolgten 758 auf telefonischem Wege, 334 im persönlichen Gespräch und 167 Anfragen per E-Mail oder per Post. In erster Linie meldeten sich an Selbsthilfegruppen Interessierte, gefolgt von Selbsthilfegruppen und Profis/ Einrichtungen.

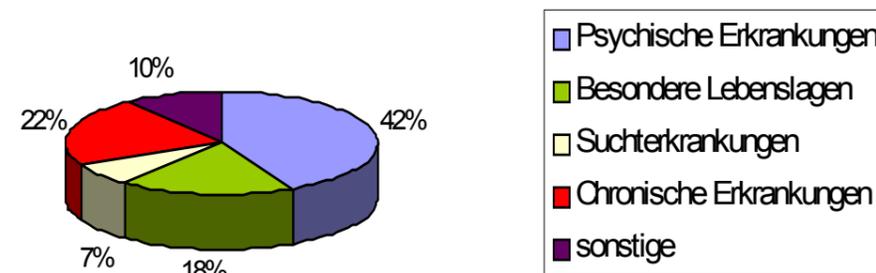
| Kontakte 2017 | Interessierte | Gruppen | Profis | Sonstige |
|---------------|---------------|---------|--------|----------|
| 1.259 | 703 | 285 | 205 | 66 |

In der Statistik sind die zahlreichen Kontakte bei eigenen oder Kooperationsveranstaltungen sowie in Gremien nicht enthalten. Ebenso ist die regelmäßige Information über aktuelle Entwicklungen in der Selbsthilfe für die Selbsthilfegruppen und Facheinrichtungen per E-Mail bzw. per Post nicht einbezogen.

Zahlen und Fakten - einzelne Bereiche

Beratung über und Vermittlung in Selbsthilfegruppen

Die meisten Anfragen (257 = 42 %) bezogen sich auf psychische Erkrankungen. An zweiter Stelle stehen Anfragen zu Selbsthilfegruppen in den Bereichen chronischen Erkrankung und Behinderung mit 135 Anfragen (= 22 %). Für den Bereich Besondere Lebenslagen gab es 113 Anfragen (=18 %). 7 % der Anfragen bezogen sich auf das Thema Sucht.



Themenbereiche von Selbsthilfegruppen

Die meisten der insgesamt 98 Selbsthilfegruppen gibt es nach wie vor im Bereich chronische Erkrankungen/ Behinderungen (57), in 18 Gruppen sind Abhängigkeitserkrankungen das gemeinsame Thema. 16 Gruppen tauschen sich zu psychischen Problemen aus. In 7 Selbsthilfegruppen unterstützen sich Menschen in besonderen Lebenslagen.

Unterstützung und Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen

- In bewährter Form wurden 2017 wieder vier Gesamttreffen der Krefelder Selbsthilfegruppen von der Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld in Kooperation mit den Sprecherinnen des Forum Selbsthilfe durchgeführt.
- Gemeinsam mit den psychosozialen Selbsthilfegruppen organisierte die Selbsthilfe-Kontaktstelle eine kleine Filmreihe und ein Austauschtreffen.
- Zudem wurden zwei Seminare zum Thema Feedback sowie eine vierteilige Fortbildungsreihe „Anregungen für das Gruppengespräch“ für TeilnehmerInnen von Selbsthilfegruppen angeboten.

Einzelanfragen von Selbsthilfegruppen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist für Selbsthilfegruppen Ansprechpartner bei Fragen und Unterstützungsbedarfen. Im Jahr 2017 nutzten die verschiedenen Gruppen dieses Angebot 385 mal. Bei den Kontakten ging es vor allem um den aktuellen Informationsaustausch (228). Außerdem hatten die Gruppen Informationsbedarf zu den Themen Öffentlichkeitsarbeit (47). Selbsthilfeförderung der Krankenkassen (42), Organisation (28) und Gruppendynamik (18) sowie zum Bereich der Gremienarbeit (9 mal) und zum Thema Fortbildung (3 mal).

Zusammenarbeit mit Profis

Die Vernetzung und Kooperation mit anderen Beratungsstellen und Einrichtungen trägt dazu bei, das Unterstützungsangebot „Selbsthilfegruppe“ bekannter zu machen und die Beratungskompetenz der Mitarbeiterinnen zu stärken. Die Kontaktstelle ist in mehreren Gremien vertreten, wie zum Beispiel in der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft PSAG. Auch die Kooperation der Kontaktstelle mit den Lebensberatungsstellen sowie mit der VHS Krefeld wurden in 2017 fortgesetzt. Neu ist die Zusammenarbeit mit dem Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe. Zudem gab es 205 Einzelanfragen von professionellen Einrichtungen, in der Regel nach einer Selbsthilfegruppe für KlientInnen/ PatientInnen.

Projekte 2017

Auch in 2017 setzte die Selbsthilfe-Kontaktstelle ihr langjähriges Engagement im bundesweiten „In-Gang-Setzer“ Projekt fort, bei dem es um die Begleitung neuer Selbsthilfegruppen durch geschulte Ehrenamtliche geht. Seit 2016 ist sie zudem mit einem zweimonatlich erscheinenden Newsletter im Rahmen des Projekts „Selbsthilfenews“ aktiv.

Weiterhin der Dauerbrenner in der Beratung: Psychosoziale Themen



In Krefeld gibt es zurzeit 98 Selbsthilfegruppen zu 62 Themen.



Es tut einfach gut, mit der eigenen, belastenden Lebenssituation nicht allein zu sein.



„Jenseits von richtig und falsch liegt ein Ort. Dort treffen wir uns.“

Rumi



Jetzt kostenlosen Newsletter anfordern!
www.selbsthilfe-news.de