

Selbsthilfe- Kontaktstelle Paderborn

Jahresbericht 2005



Träger : Der Paritätische Wohlfahrtsverband
Landesverband NRW e. V.
Kreisgruppe Paderborn

Inhaltsverzeichnis	
I. Vorwort	3
Leitbild der Selbsthilfe-Kontaktstellen im Paritätischen NRW	4
I. Die Arbeit der Selbsthilfe-Kontaktstelle	5
1. Anfragen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle	5
1.1 Allgemeine Statistik	
1.2 Die Kontaktaufnahme und Beratung der Selbsthilfe- Interessierten	
1.3 Nachgefragte Themenbereiche/Anliegen von Selbsthilfe-Interessierten	
1.4 Nachgefragte Themen und Anliegen von sozialen Fachkräften	
1.5 Kontakte mit Selbsthilfegruppen	
1.6 Nachgefragte Leistungen von Gruppen	
2. Gründungsberatungen	8
3. Gruppengründungen	8
4. Gesamttreffen / Erfahrungsaustausch	9
5. Veranstaltungen / Vorträge / Projekte / Fortbildung für SHG	10
5.1 Tag der Selbsthilfe am 25.06. 05	
5.2 Runder Tisch mit Paderborner Krankenkassen	
5.3 Arbeitskreis „Selbsthilfe und Sucht“	
5.4 Projekt Selbsthilfe und Krankenhaus	
5.5 Vortragsveranstaltungen	
5.6 Fortbildungen für Selbsthilfegruppen	
6. Öffentlichkeitsarbeit	13
6.1 Internetpräsenz	
6.2 Öffentlichkeitsarbeit auf Fachleute bezogen	
6.3 Gesundheitstage Delbrück 26. / 27. Februar 05	
6.4 „2. Rehatag“ Aatalklinik in Bad Wünnenberg 24. Sept. 05	
6.5 Gremienarbeit	
7. Fortbildung / Fachlicher Austausch	14
II. Personelle, räumliche und finanzielle Situation	15
III. Perspektiven für 2006	16
IV. Anhang	
Themenliste der existierenden Gruppen und Ansprechpartner (Stand Jan.06)	17
So finden Sie uns	18

I. Vorwort

Liebe Leserin,
lieber Leser,

Der Jahresbericht 2005 gibt Ihnen einen Überblick über die Aktivitäten der Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn.

Bereits im 4. Jahr unserer Arbeit, nehmen die Anfragen nach Selbsthilfegruppen stetig zu. Viele BürgerInnen haben erkannt, dass die Selbsthilfearbeit eine nicht mehr weg zu denkende Säule im Gesundheitswesen ist.

Die Menschen, die sich in Selbsthilfegruppen zusammenschließen, sind Experten in eigener Sache und in der Regel gut informiert über das eigene Krankheitsbild. Sie geben oft hilfreiche Anregungen an Ratsuchende weiter, zeigen Wege auf, mit persönlichen Problemen oder Schicksalen umzugehen, die kein anderer geben kann, als jemand der selbst betroffen ist.

Über 1200 Anfragen nach Selbsthilfethemen konnten wir registrieren.

Nicht nur Betroffene und deren Angehörige nehmen unser Beratungs- und Vermittlungsangebot wahr, zunehmend beantworten wir auch immer mehr Anfragen von Fachleuten, die im sozialen oder medizinischen Bereich tätig sind.

Über 2000 Themenlisten wurden im Kreis Paderborn von Fachleuten angefordert oder bei den verschiedensten Veranstaltungen verteilt. Darin sind die Interessierten, die sich über unsere Homepage www.selbsthilfe-paderborn und das www.selbsthilfenetz.de informiert haben, noch nicht erfasst.

Wir erkennen an der steigenden Anfrage, dass unsere Bemühungen nicht umsonst waren und dass der Wert der Selbsthilfearbeit gesehen wird. Nicht zuletzt ist dies ein Erfolg der Arbeit der Selbsthilfegruppen, die sich mit großem Engagement für ihre Sache einsetzen und vielen Ratsuchenden wertvolle Hilfe geben konnten. Selbsthilfe macht selbstbewusst.

Wir danken allen Unterstützern der Selbsthilfe in Stadt und Kreis Paderborn und hoffen auch weiterhin auf gute Zusammenarbeit.

Ihr Selbsthilfe-Kontaktstellenteam

LEITBILD DER SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLEN IM *PARITÄTISCHEN* NRW

Präambel:

Selbsthilfe-Kontaktstellen sind professionelle Beratungseinrichtungen zur Aktivierung, Unterstützung und Stabilisierung von Selbsthilfeaktivitäten. Sie sind Anreger, Vermittler, Förderer und Multiplikator der Selbsthilfe.

In Nordrhein-Westfalen ist der *PARITÄTISCHE* Wohlfahrtsverband der größte Träger von Selbsthilfe-Kontaktstellen.

Selbsthilfe-Kontaktstellen — Professionelle Unterstützung der Selbsthilfe und des Bürgerengagements:

- Bürgerengagement ist ein unverzichtbares Element eines aktivierenden Sozialstaates. Selbsthilfe in Selbsthilfegruppen leistet dabei einen bedeutsamen Beitrag mit eigenständiger Qualität. Selbsthilfegruppen sind damit ein zentraler Bestandteil einer aktiven und lebendigen Bürgergesellschaft.
Die Selbsthilfe bedarf der Anregung und hilfreicher Rahmenbedingungen. Hierbei haben sich Selbsthilfe-Kontaktstellen als die wirksame infrastrukturelle Selbsthilfefördermaßnahme örtlicher Selbsthilfegruppen erwiesen.
- Der *PARITÄTISCHE* Wohlfahrtsverband versteht sich insbesondere auch als der Verband der Selbsthilfe. Seine Grundidee Offenheit, Vielfalt und Toleranz sowie verbandliche Kultur sind die Grundlage und Rahmen seiner Selbsthilfeunterstützung.
- Der *PARITÄTISCHE* tritt dafür ein, dass Selbsthilfe als gleichberechtigte Form der Lebensbewältigung neben den Angeboten professioneller Hilfesysteme in der Gesellschaft anerkannt wird.
- Der *PARITÄTISCHE* und die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der Selbsthilfe-Kontaktstellen unterstützen den Wunsch der Menschen nach Selbstbestimmung und Selbstverantwortung.
- Zentrale Grundlagen der Tätigkeit der Selbsthilfe-Kontaktstellen sind das Konzept des Empowerments und der Respekt vor der Autonomie der in Selbsthilfegruppen aktiven Menschen.
- Die Selbsthilfe-Kontaktstellen der *PARITÄTISCHEN* sind offen für alle interessierten BürgerInnen, sie arbeiten träger -und verbandsübergreifend und wahren die Anonymität jeder/s Einzelnen.

II. Die Arbeit der Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn

1. Anfragen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle

1.1 Allgemeine Statistik

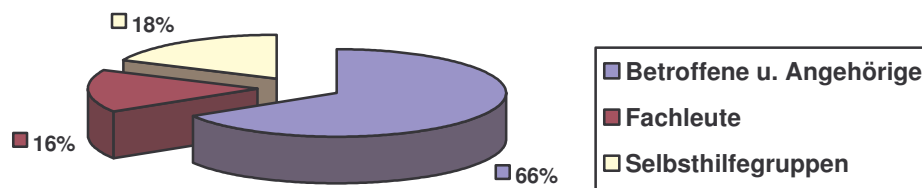
Im Jahr 2005 registrierte die Selbsthilfe-Kontaktstelle **1257 Anfragen**

Davon waren

- 619 direkt Betroffene
- 147 als Angehörige Betroffene
- 65 in Vertretung für Betroffene
- 201 Anfragen von soz./med. Fachkräften
- 225 Anfragen von Selbsthilfegruppen

zum Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen

das entspricht:



Die zahlreichen Kontakte und Anfragen am Tag der Selbsthilfe, den Gesundheitstagen Delbrück und dem 2. Reha -Tag in Bad Wünnenberg sind darin nicht enthalten.

1.2 Die Kontaktaufnahme und Beratung von Selbsthilfe-Interessierten

Die Anfragen kamen zu **91,1 %** aus Stadt und Kreis Paderborn und zu **8,9 %** aus dem Umland und dem gesamten Bundesgebiet.

78,0 % telefonisch
7,3 % persönlich
14,7 % per E-Mail oder Post

Von den 831 Anfragen der Betroffenen, deren Angehörigen und Bekannten

waren

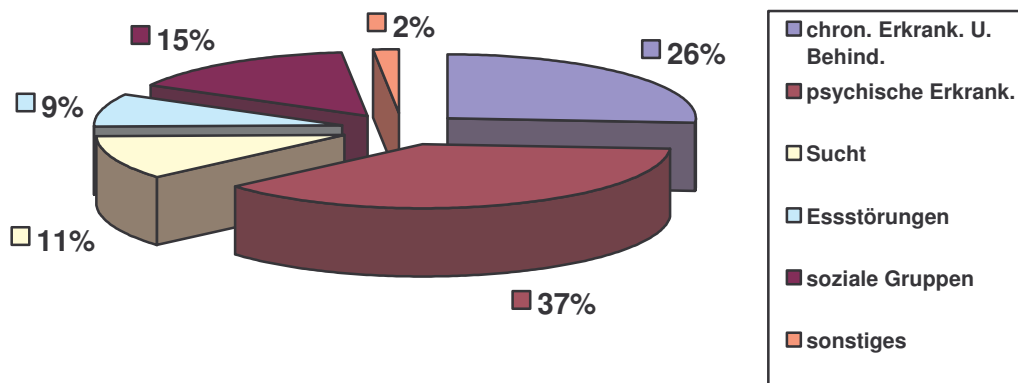
- 69,7 % weiblich
- 23,9 % männlich

- 18,2 % unter 30 Jahre
- 50,3 % 30-50 Jahre
- 19,0 % über 50 Jahre

Aufgrund der Nachfrage per Internet oder per Anrufbeantworter sind 12,5 % der Betroffenen einem Geschlecht oder einer genauen Altersgruppe nicht zu zuordnen.

1.3 Nachgefragte Themenbereiche/ Anliegen von Selbsthilfeinteressierten

Die Anliegen bezogen sich auf:



Nachgefragte Leistungen:

Beratung / Auskunft über Selbsthilfe und SHG	
Vermittlung in bestehende SHG	74,8 %
Gruppengründungsinfos	14,7 %
Infos / Vermittlung zu Fachleuten	8,3 %
Anforderung Infomaterial	1,2 %
Sonstige	1,0 %

Bei **36,34 %** wurde ein ausführliches Beratungsgespräch geführt. Im intensiven Gespräch wird der tatsächliche Bedarf des Selbsthilfeinteressierten herausgefiltert. Es geht darum, die Anliegen der Betroffenen / Angehörigen bewusst zu machen sowie mögliche Hilfen aufzuzeigen und zu vermitteln. Es wird u.a. geklärt, ob neben oder statt einer SHG möglicherweise professionelle Hilfe angezeigt ist.

1.4 Nachgefragte Themen und Anliegen von sozialen/med. Fachkräften

Von den 201 Anfragen kamen **86 %** aus Stadt und Kreis Paderborn, **14 %** sowohl aus den Nachbarkreisen, als auch aus NRW.

Fachleute kamen aus folgenden Institutionen:

Medizinische Fachkräfte und Krankenkassen	39,8 %
Beratungsstellen und Wohlfahrtsverbände	17,9 %
Politik und Verwaltung und	
Selbsthilfeorganisationen / Bildungsträger	13,4 %
Ausbildungsstätten	12,0 %
Medien	6,5 %
Sonstige	10,0 %

Nachgefragte Leistungen:

Infos über Selbsthilfe, SHG und Vermittlung von Klienten in SHG	23,9 %
Austausch von Infos und Material	19,1 %
Kontakte zu Gruppen	8,3 %
Kooperation / Veranstaltungen.	38,4 %
Sonstige	10,4 %

1.5 Kontakte mit Selbsthilfegruppen

In Stadt und Kreis Paderborn existieren zurzeit **152 Selbsthilfegruppen**. Davon sind **52** organisierte Gruppen und **100** nicht organisierte Gruppen.

Organisierte Gruppen sind:

- Selbsthilfevereine
- Selbsthilfeorganisationen
- Gruppen, die in einem Landesverband oder Bundesverband organisiert sind

Nichtorganisierte Gruppen sind:

- Selbsthilfeinitiativen und Gruppen mit 3 -20 Mitgliedern
- kleine Zusammenschlüsse von Menschen, die sich regelmäßig zum gemeinsamen Austausch oder Aktivitäten treffen, die jedoch nicht als Verein organisiert sind und auch keinem übergeordneten Verband/Verein angehören.

Die Gruppen teilen sich nach folgenden Themenbereichen auf:

- **92 Gruppen zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen** (Chronische Erkrankungen / Behinderungen)
- **38 Gruppen zu Lebensproblemen** (Psychosoziale Gruppen / Psychische Erkrankungen / besondere soziale Situationen)
- **22 Gruppen zum Thema Sucht**

Insgesamt gab es **225 Anfragen** bzw. Kontakte mit bestehenden Selbsthilfegruppen, die folgendermaßen unterteilt werden:

- Auskünfte 65,8 %
- Beratung 34,2 %

1.6 Nachgefragte Leistungen von Gruppen

Gruppenberatung 24,5 %
z.B. Starthilfe, Gruppenprobleme, inhaltliche Arbeit und Mitgliedersuche.

Organisatorische Unterstützung 25,3 %
z.B. Raumsuche, Beschaffung von Sachmitteln und Öffentlichkeitsarbeit.

Information / Beratung 49,6 %
z.B. Veranstaltung / Kooperation, Infoaustausch und Weiter-Fortbildung

Sonstige 0,7 %

2. Gründungsberatungen

Im Jahr 2005 wurden zu 24 Themen ausführliche (z. T. mehrmalige) Gruppengründungsberatungen durchgeführt.

Bis zur eigentlichen Gründung gab es jeweils persönliche oder telefonische Beratung zum Thema Öffentlichkeitsarbeit (Presseartikel, Entwicklung eines Handzettels o. ä.), Suche und Vermittlung von weiteren Betroffenen, Tips und Information über Gruppenarbeit.

3. Gruppengründungen

Die Mitarbeiterinnen der Kontaktstelle bieten in der Phase der Gründung und darüber hinaus grundsätzlich folgende Unterstützung an:

- Interessiertensuche per Presseveröffentlichung
- Aufklärung und Hilfestellung über Förderungsmöglichkeiten nach §20, 4 SGB V durch die gesetzlichen Krankenkassen
- ausführliche Beratung zur Gruppenarbeit
- Begleitung des ersten Gruppenabends (wenn erforderlich auch mehr)
- Aufbauhilfe im Sinne von Beratung bei Anfangsschwierigkeiten
- Krisenkonfliktberatung
- Unterstützung und Beratung bei der Herstellung von Infomaterial (Flyer, Handzettel)
- Pressearbeit/Öffentlichkeitsarbeit
- Unterstützung bei der Planung von Veranstaltungen

13 Gruppen konnten neu in die Kartei aufgenommen werden:

- Zwangserkrankungen
- Betroffenen Initiative Psychiatrie Erfahrene
- Frauen beschreiten neue Wege
- Transgender
- SHG Die Löwen (Thema Sucht)
- Depressionen (2 Gruppen)
- Hepatitis C
- Essstörungen
- Poliomyelitis (Polio-Spätfolgen)
- Trennung/Scheidung (2. Gruppe)
- Doppeldiagnose / Psychische Erkrankung und Sucht
- Angehörige Spielsüchtiger

Davon wurden 11 mit Unterstützung der Selbsthilfe-Kontaktstelle gegründet.

In der Planung bzw. Vorbereitungsphase sind

- Laktose/Fructoseintoleranz

- Glaukom (Grüner Star)
- Eltern entwicklungsverzögerter Kinder
- Eltern von Kindern mit Sprachauffälligkeiten und Wahrnehmungsstörungen

Die anderen Gruppeninitiativen kamen entweder nicht zustande, weil sich zu wenig oder keine weiteren Interessenten gemeldet haben, oder sie kamen über die Gründungsphase nicht hinaus oder lösten sich im Laufe des Jahres wieder auf.

4. Gesamttreffen/ Erfahrungsaustausch

Die Kontaktstelle lud alle Vertreter der Selbsthilfegruppen zu 4 Gesamttreffen ein:

15.03.05

mit folgenden Themen:

- Information über geplante Fortbildungsangebote für SHG zum Thema „Kommunikation in Gruppen“
- Vorankündigung und vorl. Planung Selbsthilfetag auf dem Marienplatz
- Vorstellung des Projekts „Selbsthilfe und Krankenhaus“ (Fragebogenaktion zu Bedarfs – bzw. Erfahrungsanalyse)
- Veranstaltungshinweise : Informationsveranstaltung der LIKISS in Detmold zum Gesundheitsmodernisierungsgesetz (Mehrbelastungen für Chronisch Kranke, Folgen für die allgemeine Gesundheit) mit Frau Kühn Mengel, PatientInnenbeauftragte im Bundestag und Hermann Haack, Behindertenbeauftragter im Bundestag,

Es nahmen 32 Personen aus 19 Selbsthilfegruppen teil.

01.06.05

mit folgenden Themen

- Krankenkassenförderung nach § 20, 4 SGB V
Bericht über Entwicklungen: Projektförderung verändert sich möglicherweise aufgrund des geplanten Präventionsgesetzes .Die Kontaktstelle lädt die Paderborner Krankenkassen zu einem runden Tisch“, mit dem Ziel die Antragstellung für Selbsthilfegruppen zu vereinfachen. Dies wurde sehr kontrovers diskutiert.
- Planung des Selbsthilfetages auf dem Marienplatz
- Pressearbeit allgemein und bei Veranstaltungen
Es wurde Informationsmaterial verteilt und inhaltlich besprochen.
- Verschiedenes
Veranstaltungshinweise zu Gesundheitstagen in Bad Lippspringe und Delbrück

Es nahmen 37 Personen aus 26 Selbsthilfegruppen teil.

06.09.05

mit folgenden Themen

- Reflexion Selbsthilfetag
- Planung Jahresabschlussfeier
- Informationen zum Workshop der Kontaktstelle
- Veranstaltungshinweise

Es nahmen 33 Personen aus 20 Selbsthilfegruppen teil.

07.12.05

Jahresabschlussfeier

Ein geselliger Abend als Dank auch für alle Unterstützer und Helfer besonders am Selbsthilfetag mit Büffet und Musikalischem Programm zu Mitmachen.

Es nahmen 43 Personen teil.

5. Veranstaltungen und Projekte

5.1 Tag der Selbsthilfe am 25.06.05

Bereits zum 3. Mal fand der Tag der Selbsthilfe statt. Wieder auf dem Marienplatz beteiligten sich 21 Gruppen präsentierten sich mit einem Stand um Bürgern einen Einblick in ihre Arbeit zu geben und Interessierten Fragen zu beantworten.

Nachdem Frau Mertens von der Kontaktstelle die Begrüßungsworte gesprochen hatte, wurde der Selbsthilfetag offiziell eröffnet durch ein Grußwort des Bürgermeisters der Stadt Paderborn Herrn Paus, und den neuen Landrat des Kreises Paderborn Herrn Müller.

Dank gilt an dieser Stelle allen, die die Veranstaltung finanziell und organisatorisch unterstützt haben:

- der AOK für das Drucken der Plakate,
- der Stadt Paderborn für eine kleine Spende für das Musikalische Programm und Nutzung der Räumlichkeiten,
- dem Förderverein des Paritätischen für eine Spende für die Musik,
- der Kath. Kirchengemeinde St.Liborius für die Nutzung des Marienplatzes
- und allen Helfern, die ehrenamtlich beim Auf- und Abbau geholfen haben und damit die Veranstaltung unterstützt haben.

5.2 Runder Tisch mit Paderborner Krankenkassen

Am 19. Sept. 05 lud die Selbsthilfe-Kontaktstelle Vertreter der Paderborner Krankenkassen zu einem Runden Tisch ein. Ziel war die Vereinfachung der Antragsstellung auf Fördergelder nach § 20, 4 SGB V .zu erreichen. An diesem Treffen nahmen Vertreter der AOK, BEK, DAK, IKK teil.

Ein gemeinsames Antragsformular für alle KK konnte leider nicht durchgesetzt werden. Ebenso bestand kein Interesse an einem Förderarbeitskreis, wie es sich in anderen Städten bereits bewährt hat. Die Krankenkassenvertreter betonten aber,

dass sie keinen zwingenden Wert auf das eigene Antragsformular legen, sondern auch andere neutrale Antragsformulare akzeptieren.

Dagegen ließen sich die Vertreter der KK für das Projekt des „Arbeitskreises Selbsthilfe und Sucht“ auf eine gemeinsame Förderung ein. Es wurde in diesem Kreis die Finanzierung einer Broschüre mit dem Titel „Selbsthilfe und Sucht“ beschlossen, ein niedrigschwelliges Informationsangebot über Paderborner Selbsthilfegruppen im Bereich Sucht, das in Stadt und Kreis Paderborn an öffentlichen Verwaltungen, Einrichtungen, Beratungsstellen, Krankenkassen und Kliniken ausgelegt wird.

Diese Broschüre wurde von der Selbsthilfe Kontaktstelle erstellt und wird voraussichtlich Ende März mit einer Auflage von 5000 erscheinen.

5.3 Arbeitskreis Selbsthilfe und Sucht

Auf Initiative der Kontaktstelle wurden am 22.02.05 alle Selbsthilfegruppen mit Suchtthemen zu einem Meeting eingeladen.

Aus dieser Runde entstand der **Arbeitskreis Selbsthilfe und Sucht**.

Es wurde beschlossen einen regelmäßigen Austausch der Gruppen untereinander anzustreben, da es zwar Unterschiede in der Arbeitsweise gibt, aber auch viele gemeinsame Themen, für die es sich lohnt zusammen zu arbeiten.

Mindestens 3- mal jährlich sollen die Treffen sein und das erste gemeinsame Projekt im Rahmen einer gemeinsamen Öffentlichkeitsarbeit ist die Broschüre „Selbsthilfe und Sucht“ in der alle Paderborner Suchtselbsthilfegruppen ihre Arbeit vorstellen und sich als Ansprechpartner anbieten. Ein weiteres gemeinsames Thema ist die Verbesserung der Kooperation mit Suchtkliniken.

Im Jahr 2005 fanden 2 Treffen statt, die im Januar 06 fortgeführt werden.

5.4 Projekt „Selbsthilfe trifft Krankenhaus“

Anliegen dieses Projektes ist es ein selbsthilfefreundliches Klima in den Krankenhäusern im Kreis Paderborn zu fördern.

Das Thema „Selbsthilfe“ gewinnt zunehmend an Bedeutung im Gesundheitswesen, was sich u.a. in weiten Teilen im veränderten Verhältnis von Patienten zu ihrer Krankheit und auch zu ihren behandelnden Ärzten ausdrückt. Da Mitglieder von Selbsthilfegruppen selbst aktiv an ihrer Krankheitsbewältigung mitwirken, unterstützen sie damit auch die professionelle therapeutische Arbeit. Selbsthilfegruppen übernehmen eine wichtige Funktion in der Nachsorge und entlasten / unterstützen somit auch das Pflege- bzw. ärztliche Personal. Durch das oft auch jahrelange Leben mit einer Krankheit erwerben Betroffene ein ganz spezielles Wissen, das sich über Diagnose und Therapie hinaus vor allem auf das Leben mit der Krankheit bezieht. PatientInnen wollen wissen, wie sie nach der Entlassung aus dem Krankenhaus im Alltag zu Recht kommen. Hier leisten SHG Aufklärung und geben Raum zu offener Aussprache.

Als erstes Krankenhaus wurde das St.Vincenz-Krankenhaus Paderborn (mit seinen drei Häusern – Landeshospital, Frauenklinik und Haupthaus) angesprochen. Im

Sommer 2005 wurden erste Kontakte mit der Geschäftsführung aufgenommen. Zielgruppen des Projektes sind betroffene, chronische kranke und akut kranke Menschen und deren Angehörige. Ebenfalls sind das Pflegepersonal und die Ärzte angesprochen, da sie den Kontakt zum Patienten haben und somit direkt Informationen weitergeben. Ziel des Projektes soll es sein, Patienten bzw. Angehörige frühzeitig auf die Möglichkeiten der Selbsthilfe hinzuweisen und auf Selbsthilfegruppen aufmerksam zu machen. Die Mitarbeiter auf das Angebot der Selbsthilfe-Kontaktstelle hinzuweisen und zu sensibilisieren auf Selbsthilfegruppen zuzugehen und dem Patienten den Zugang zur Selbsthilfe ermöglichen. Das Krankenhaus kann sich mit diesem Engagement für die Selbsthilfeförderung darstellen und positionieren.

Folgende Aktionen haben bereits stattgefunden:

Die Mitarbeiterinnen der Selbsthilfe-Kontaktstelle haben in den Stationsleiterkonferenzen ihre Arbeit vorgestellt, die Intention des Projektes verdeutlicht und die Stationsleitungen motiviert, die Mitarbeiter zu informieren und gemeinsam das Projekt „Selbsthilfe und Krankenhaus“ zu tragen. Ebenfalls wurden die Chefarzte im Rahmen der Chefarztkonferenz informiert und um Unterstützung gebeten. Das Projekt wird von den Sozialdiensten der Häuser mit voran gebracht. Weiter ist geplant in allen Häusern im Foyerbereich sowie auf einigen Stationen Regale zu installieren, in denen Selbsthilfegruppen und die Kontaktstelle ihr Informationsmaterial auslegen können. Im Landeshospital ist dies bereits geschehen. Die Pflege der Regale übernimmt dort der Sozialdienst. Ebenfalls ist im Landeshospital nach gemeinsamen Gesprächen mit einigen Selbsthilfegruppen, dem Sozialdienst und Chefarzt Dr. Postert ein zusätzliches Angebot für Patienten und Angehörige auf den Weg gebracht. Ab Februar 06 haben Patienten die Möglichkeit im Haus bereits Kontakt zu Selbsthilfegruppen aufzunehmen. Die Selbsthilfegruppen „Schlaganfall“, „Multiple Sklerose“ und „Schlaganfall und andere Behinderungen“ werden im monatlichen Wechsel im Rahmen einer Sprechstunde ihre Erfahrungen an Patienten, Interessierte und deren Angehörigen weitergeben und für Fragen zur Verfügung stehen. Im Haupthaus ist ein ähnliches Angebot mit der Selbsthilfegruppe „Ilco- künstlicher Darmausgang, -Harnableitung und Darmkrebsbetroffene“ geplant. Im März 06 erscheint in dem Magazin „Visite“ des St.Vincenz-Krankenhauses ein Artikel über die Selbsthilfe-Kontaktstelle und ihr Anliegen, ein selbsthilfefreundliches Klima in den Krankenhäusern zu fördern.

5.5 Vortragsveranstaltungen

- | | |
|----------|--|
| 15.06.05 | Vortrag „Aufgabenprofil der Selbsthilfe – Kontaktstelle / Strukturen der Selbsthilfe“
im Seminar für Krankenpflege St. Johannisstift |
| 31.08.05 | Grußwort der Selbsthilfe-Kontaktstelle zu einer Vortragsveranstaltung der Selbsthilfegruppe Harn- und Stuhlinkontinenz in den Räumen der AWO Paderborn |

5.6 Fortbildungsangebote für Selbsthilfegruppen

- 21.05.06 Es wurde eine in **Fortbildung zum Thema „Kommunikation in Gruppen“** angeboten von Dipl. Pädagogin Frau Beate Knies.
Es nahmen 12 Mitglieder aus Selbsthilfegruppen teil.
- 18.11.05 **Workshop der Kontaktstelle zu Themen der Gruppenarbeit**, wie Moderation, Gruppenphasen, Gruppenregeln usw. .
Moderation: Ute Mertens und Renate Linn (Dipl. Sozialarbeiterinnen)
Es nahmen 14 Personen aus Selbsthilfegruppen teil.

6. Öffentlichkeitsarbeit

6.1 Internetpräsenz

www.selbsthilfenetz.de unter dieser Internetadresse ist das Selbsthilfenetz NRW zu finden. Das Netz wird vom PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverband NRW begleitet. Hier finden Interessierte eine Übersicht über Themen und Gruppen der Selbsthilfe in NRW und viele interessante Informationen.

Über die **Stichwortliste** kann sich jeder informieren, zu welchen Themen es in welcher Stadt Selbsthilfegruppen gibt. Einige kann man direkt erreichen, andere über die Kontaktstelle der betreffenden Stadt. Zur Zeit sind 4600 Selbsthilfegruppen in NRW im Selbsthilfenetz registriert. Da diese Seite von den Kontaktstellen gepflegt wird, kann man von aktuellen Daten ausgehen.

Seit Sommer 2004 haben auch die Paderborner Selbsthilfegruppen die Möglichkeit über die Selbsthilfe-Kontaktstelle im Selbsthilfenetz aufgenommen zu werden.

www.selbsthilfe-paderborn.de unter dieser Internetseite finden Sie die Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn und unter der Rubrik **IM KREIS PADERBORN** die Themen, zu denen es in Paderborn Selbsthilfegruppen oder Ansprechpartner gibt.

Unter dem Stichwort **AKTUELLES** finden Sie Veranstaltungshinweise, Interessiertensuche für neue Selbsthilfegruppen, Pressespiegel und ähnliches. Diese Seiten werden vierteljährlich aktualisiert.

6.2 Öffentlichkeitsarbeit auf Fachleute bezogen

In regelmäßigen Abständen informiert die Kontaktstelle Fachleute wie Ärzte, Beratungsstellen, Krankenkassen und Apotheken über die Arbeit der Selbsthilfe-Kontaktstelle und der Selbsthilfegruppen durch Verschickung von Infomaterial wie Flyer und Themenliste, oder Hinweise auf aktuelle Veranstaltungen, wie z.B. den Tag der Selbsthilfe.

6.3 Gesundheitstage Delbrück 26. / 27. Februar 05

Die Kontaktstelle koordinierte das Selbsthilfeforum und nahm mit einem eigenen Infostand teil. Unter dem Motto „*Check up und Prävention*“ *Vorsorge jedes Einzelnen*, präsentierten sich Selbsthilfegruppen einem interessierten Publikum.

Folgende Gruppen waren beteiligt:

SHG Inkontinenz, Gestose, Insulinpumpenträger, Deutsche Parkinson Vereinigung e. V. , Deutsche Ilco e. V. , Multiple Sklerose, Schlaganfall und andere Behinderungen, Prostata und Hodenkrebs, SHG für Schwerhörige, Frauenselbsthilfe nach Krebs,

6.4 „2. Reha Tag“ Aataalklinik Bad Wünnenberg

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle beteiligte sich am 24. Sept. 05 mit einem Infostand am 2. Rehatag in der Aataalklinik in Bad Wünnenberg. Im Foyer stellten verschiedene Firmen, Einrichtungen und Selbsthilfegruppen, die im Rehabilitationsbereich tätig sind, ihre Arbeit bzw Angebote vor.

6.5. Gremienarbeit

- Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist seit 06.10.03 **Mitglied in der kommunalen Gesundheitskonferenz** (als Vertreterin für die Selbsthilfegruppen in Stadt und Kreis Paderborn). Stellvertreterin ist Frau Rese von der Selbsthilfegruppe „Schlaganfall und andere Behinderungen“. Die kommunale Gesundheitskonferenz berät Fragen der gesundheitlichen Versorgung mit dem Ziel der Koordinierung auf örtlicher Ebene. Sie erarbeitet Handlungsempfehlungen, die unter Selbstverpflichtung der Beteiligten umgesetzt werden sollen. Mitglieder der Konferenz sind Vertreter und Vertreterinnen aller gesundheitspolitisch relevanten Akteure einer Stadt und eines Kreises.
- Unterstützung bei der Entwicklung eines **Projektes** der Fördereinrichtung des Westfälischen Zentrums für Psychiatrie und Psychotherapie **für suchtkranke Frauen mit dem Schwerpunkt Essstörungen**. Dieses Projekt soll auch für ambulante PatientInnen geöffnet werden.

7. Fortbildung / Fachlicher Austausch

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist seit 2004 Mitglied in der

Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. DAG .

Es ist der Fachverband zur Unterstützung von Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeinteressierten. Mitglieder sind: Selbsthilfe-Kontaktstellen, Fachkräfte aus psychosozialen und Gesundheitsberufen, interessierte Einzelpersonen, Gruppen, Verbände und Institutionen, denen Selbsthilfeunterstützung ein Anliegen ist.

Die Mitarbeiterinnen der Kontaktstelle nehmen regelmäßig an den Arbeitskreisen und Arbeitsgemeinschaften der Selbsthilfe-Kontaktstellen auf Landesebene teil. Im Jahr 2005 wurden folgende Veranstaltungen von mindestens einer Fachkraft besucht.

➤ **Facharbeitsgemeinschaft der Selbsthilfekontaktstellen im Paritätischen Wohlfahrtsverband (AG NRW)**

- Am 10. 03. 05 in Oberhausen
- 10./11. 05. 05 Klausurtagung in Gelsenkirchen
- 30.08. 05 in Münster
- 21.06.05 Regionaltreffen in Dortmund
- 26.10.05 Regionaltreffen in Dortmund

➤ **Landesarbeitskreis Selbsthilfe-Kontaktstellen in NRW (LAK)**

- 15.02.05 in Essen
- 28.06.05 in Essen
- 13.09.05 in Bochum
- 08.11.05 in Bochum

Die Arbeitskreise auf Landesebene sind Gremien für den fachlichen Austausch zur Selbsthilfeunterstützung. Es sind Zusammenschlüsse von MitarbeiterInnen der Selbsthilfe-Kontaktstellen in NRW. Sie sichern die Qualität der Selbsthilfeunterstützung durch Weiterbildung und konzeptionelle Fortentwicklung.

An der von der KOSKON angebotenen **Fortbildung „Arbeitsorganisation“** am 22. und 23. November 05 nahm eine Fachkraft teil.

Die ebenfalls von der KOSKON angebotene **Fortbildung für Sachbearbeiterinnen „Konflikte am Arbeitsplatz“** am 17. / 18. November 05 wurde von der Sachbearbeiterin besucht.

II. Personelle, räumliche und finanzielle Ausstattung

Die Kontaktstelle war 2005 personell besetzt mit 2 Fachkräften mit jeweils 19,25 Wochenstunden und einer Verwaltungskraft mit ebenfalls 19,25 Wochenstunden.

Geschäftsführung

Reinhard Ott

Fachkräfte

Ute Mertens, Renate Linn
(Dipl. Sozialarbeiterinnen)

Verwaltungskraft

Elisabeth Surmund

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle verfügt über 2 Büroräume und einen Gruppen/Konferenzraum, der den Selbsthilfegruppen in der Aufbauphase zur Verfügung steht, der aber auch für Arbeitskreise und Besprechungen genutzt werden kann.

Finanziert wurde die Kontaktstelle durch

- Fördermittel des Kreises Paderborn
- Zuschüsse der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 Abs. 4 SGB V
- Zuschüsse des Landes NRW
- Den Paritätischen Wohlfahrtsverband, Landesverband NRW e. V. als Träger

III. Perspektiven für 2006

Voraussichtlich am **24. Juni 2006** wird zum vierten Mal der **Tag der Selbsthilfe** veranstaltet.

Das Projekt **Selbsthilfe und Krankenhaus** soll fortgeführt werden. Im Laufe des Jahres ist angedacht, einen Aktions-/Infotag im Haupthaus des St. Vincenzkrankenhauses im Eingangsbereich zu veranstalten. Die Kontaktstelle und einige Selbsthilfegruppen wollen Patienten, Besucher und das Personal auf die Möglichkeiten der Selbsthilfe aufmerksam machen.

Inhaltlich soll das Projekt nach Möglichkeit auch auf andere Krankenhäuser und Kliniken übertragen werden. Ziel ist es die Selbsthilfe als wertvolle Ergänzung im Krankenhaus zu etablieren.

Auch im Suchtbereich (klassischer Selbsthilfebereich) sollen die Kontakte mit Kliniken weiter ausgebaut und intensiviert werden, möglicherweise durch gemeinsame Veranstaltungen und Kooperation mit dem Arbeitskreis Selbsthilfe und Sucht.

Neben den Gesundheitstagen in Delbrück am 11./12. März wird es am 23./ 24. September auch in Paderborn die **Gesundheitstage** geben, an der sich die Selbsthilfe-Kontaktstelle und Selbsthilfegruppen mit dem Selbsthilfeforum voraussichtlich beteiligen werden.

Die Broschüre „Selbsthilfe und Sucht“ wird voraussichtlich im März 2006 erscheinen.

Ein niedrigschwelliges Angebot für Hilfesuchende , sich über die Aktivitäten von Selbsthilfegruppen und Suchtthemen im Kreis Paderborn zu informieren. Mit einer Auflage von 5000 wird sie ausgelegt an öffentlichen Stellen wie z.B. Stadtbibliothek, an öffentlichen Verwaltungen, bei den Krankenkassen, und der Selbsthilfe-Kontaktstelle und verteilt bei Veranstaltungen.

Gefördert wurde die Broschüre „Selbsthilfe und Sucht“ von folgenden Paderborner Krankenkassen: AOK, IKK, BEK, SBK, DAK. Erstellt wurde sie von der Selbsthilfe-Kontaktstelle.

Themenliste von Selbsthilfegruppen und Ansprechpartnern im Kreis Paderborn (Stand Januar 06)

<p>Adoptiveltern AL – ANON (Kontakt für Angehörige und Familiengruppen von Alkoholkranken) AL – ATEEN (Kontakt für Kinder und Jugendliche, Freunde von Familien mit Alkoholismus) Alzheimer Angehörige von Alzheimer- und Demenzkranken Angehörige Borderline Angehörige Essgestörter Angehörige Psychisch Kranker Angehörige von psych. erkrankten Senioren Angehörige Spielsüchtiger Angst und Panik Anonyme Alkoholiker Aphasiker Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS)</p> <p>Behinderte Kinder /Jugendliche und deren Familien Blinde- und Sehbehinderte Borderline Brustkrebs</p> <p>Depressionen Diabetes Dialysepatienten / Nierenkranke Doppeldiagnose/Psych.Erkrankung u.Sucht</p> <p>EA /Emotion Anonymous /Seelische Gesundheit Eltern diabetischer Kinder Eltern drogen-gefährdeter und abhängiger Menschen Eltern krebskranker Kinder Endometriose Epilepsie/Kinder Essstörungen</p> <p>Frauen / Beziehungsproblematik Frauen nach Krebs Frauen mit sexueller und / oder häuslicher Gewalterfahrung</p> <p>Gehörlose Geistigbehinderungen Gestose Glykogenose</p> <p>Herkunftseltern</p>	<p>Hyperaktivität Hepatitis C Herzerkrankungen Hochbegabte Kinder Homosexualität (Eltern und Angehörige homosexuell liebender Kinder) Huntington Hydrocephalus</p> <p>Inkontinenz / Stuhl- und Harninkontinenz Insulinpumpenträger / ICT-Insulintherapie Betroffene I Kehlkopfloose Körperbehinderungen Krebs Künstlicher Darmausgang und Harnableitung(Ilco) (auch Darmkrebsbetroffene)</p> <p>Lupus Erythematodes</p> <p>Medikamenten - und Alkoholabhängige und deren Angehörige Messies Mobbing Morbus Bechterew Multiple Sklerose Myastenie (Muskelerkrankung)</p> <p>Narcotics Anonymous</p> <p>Osteoporose</p> <p>Parkinson Pilzerkrankung Prostata, Blasen und Hodenkrebs Psoriasis und Haut Poliomyelitis (Kinderlähmungsfolgen) Psychiatrieerfahrene Psychose</p> <p>Restless Legs Syndrom Rheuma (Arthrose, Arthritis,Fibromyalgie,Vaskulitis,Wirbelsäule)</p> <p>Sarkoidose Schilddrüsenerkrankung Schlaganfall Schmerzen Schwerhörigkeit</p>	<p>SeniorInnen Sehbehinderungen Singles/Freizeit Skoliose Sonntagsfreundeskreis Soziale Phobien Spielsucht Spina-bifida Sprachstörungen /Stotterer Selbsthilfe Suchterkrankungen</p> <p>Tinnitus Transgender Trauerarbeit Trennung/Scheidung</p> <p>Väter Verwaiste Eltern</p> <p>Zöliakie Zwangserkrankung</p> <p>Im Aufbau befindliche Gruppen Burn out Eltern entwicklungsverzögerter Kinder Glaukom Laktose-Fructose Intoleranz Menschen mit Defibrillatoren Sucht(russisch sprechend)</p>
---	--	--

So finden Sie uns:

**Selbsthilfe-Kontaktstelle
Paderborn**

Rathenastr. 28
33 102 Paderborn

Tel.: (05251) 8 78 29 60

Fax.: (05251) 8 78 29 58

E-Mail : selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org

Internet: www.selbsthilfe-paderborn.de

Spendenkonto:

Sparkasse Paderborn Stichwort „Selbsthilfe“

BLZ: 472 501 01

Kontonr.: 350 020 05

Sprechzeiten: Mo – Mi 9.30 – 12.30

und Do 15.00 – 18.00 Uhr

