

## Jahresbericht 2007

Selbsthilfe-Kontaktstelle Paderborn  
Kilianstr. 15  
33098 Paderborn  
Tel. 0 52 51 - 878 29 60  
Fax. 0 52 51- 878 29 58  
Email.: [selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-paderborn@paritaet-nrw.org)  
[www.selbsthilfe-paderborn.de](http://www.selbsthilfe-paderborn.de)  
[www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de)

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle berät, informiert und unterstützt seit 2002 die Selbsthilfe in Stadt und Kreis Paderborn. Träger ist der Paritätische Wohlfahrtsverband.

Geschäftsführung:  
Kerstin Weitemeier

### Personelle, räumliche und finanzielle Ausstattung

Die Kontaktstelle ist mit zwei Fachkräften, Dipl. Sozialarbeiterinnen mit jeweils 19,25 Wochenstunden besetzt und eine Verwaltungskraft 19,25 Std.  
Frau Linn, Frau Mertens und Frau Surmund

**Sprechzeiten:** Mo. - Mi. 9.30 - 12.30 Uhr,  
Do. 15.00 - 18.00 Uhr

Die Beratungsstelle besteht aus einem Büroraum und einem Gruppen/Konferenzraum, der den Selbsthilfegruppen in der Anfangsphase zur Verfügung steht und auch für Arbeitskreise und Besprechungen genutzt werden kann.

Finanziert wird die Kontaktstelle durch

- Fördermittel des Kreises Paderborn
- Zuschüsse der gesetzlichen Krankenkassen
- Zuschüsse des Landes NRW
- Den Paritätischen/Landesverband NRW



Die Anfragen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle sind im Vergleich zum Vorjahr leicht gestiegen. Die meist nachgefragten Themen im letzten Jahr waren: Borreliose, Neurodermitis, Schädel-Hirn-Trauma (aufgrund von Gruppengründungen), Brustkrebs, Depressionen, Sucht, soziale Phobie, Schlaganfall, Multiple Sklerose und Trennung/Scheidung, Essstörungen.

Eine besondere Zunahme der Nachfragen wird im professionellen Bereich festgestellt. Ein Zeichen auch dafür, dass neben der Akzeptanz und der Wahrnehmung im Sozial- und Gesundheitswesen die Kooperationen mit der Selbsthilfe Kontaktstelle zunehmen. Wichtige Partner sind die Mitarbeiterinnen aus der Sozial- und Gesundheitsverwaltung, aus Beratungsstellen und Krankenhäusern. Ein großer Schwerpunkt lag 2007 auf dem Projekt „In-Gang-SetzerInnen“. Ein neues Unterstützungsangebot für Selbsthilfegruppen in der Anfangsphase und auf der Zusammenarbeit mit dem St. Vincenz - Krankenhaus im Rahmen des Projektes „Selbsthilfe und Krankenhaus“.

### Gesamtzahlen der Anfragen im Vergleich

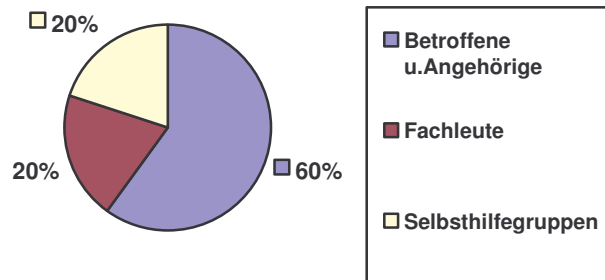
Jahr	Gesamt	Interessierte.	SHG	Profis
2003	796	534	164	98
2004	1089	707	223	159
2005	1257	831	225	201
2006	1385	876	239	270
2007	1399	837	276	286

## 1. Beratung und Vermittlung

2007 registrierte die Kontaktstelle 1399 Anfragen.

Davon waren:

615 direkt Betroffene
159 Angehörige Betroffener
63 in Vertretung
286 soz./med. Fachkräfte
276 Selbsthilfegruppen



Die zahlreichen Kontakte und Anfragen bei Großveranstaltungen wie z.B. am Tag der Selbsthilfe, dem NRW-Tag und dem Gesundheitstag im Heinz Nixdorf Forum sind darin nicht enthalten.

### Die Kontaktaufnahme und Beratung von Selbsthilfe-Interessierten, Professionellen und Selbsthilfegruppen

Die Anfragen kamen zu **88 %** aus der Stadt und dem Kreis Paderborn und zu **12 %** aus dem Umland und dem gesamten Bundesgebiet.

telefonisch	71,0 %
persönlich	9,6 %
per E-Mail oder Post	19,5 %

Von den gesamten Anfragen waren **61,2 %** weiblich und **26 %** männlich. Aufgrund der Nachfrage per Internet oder per Anrufbeantworter sind 12,3 % keinem Geschlecht zuzuordnen.

Anliegen von SH- Interessierten/ Professionellen	Anteil
Allgemeine SH-Infos/Austausch Infos	23,1%
Suche nach SHG	42,2%
Gruppengründung	15,1%
Suche nach Profis	8,4%
Öffentlichkeitsarbeit	2,2%
Gremien/Kooperationen	7,0%
sonstiges	1,5%

## 2. Unterstützung und Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle unterstützt die Gruppen bei der Öffentlichkeitsarbeit und bei der Vernetzung und dem Austausch untereinander. So werden vierteljährlich die Gruppen zu Gesamtreffen eingeladen, bei denen neben dem Erfahrungsaustausch, Informationen zu aktuellen Themen wie z. B. Krankenkassenförderung im Mittelpunkt stehen, sowie die Planung gemeinsamer Aktionen und die Vorstellung einzelner Gruppen und Selbsthilfethemen. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle veranstaltet jährlich einen Selbsthilfetag und präsentiert sich mit einzelnen SHG bei verschiedenen Veranstaltungen (Gesundheitsmessen).

In Stadt und Kreis Paderborn existieren zurzeit **167 Selbsthilfegruppen**.

Insgesamt gab es **276 Anfragen** von den Gruppen:

Anliegen von Selbsthilfegruppen	Anteil
Austausch aktueller Infos	35,8 %
Gremienarbeit/Kooperation/ Netzwerk	13,8 %
Organisatorische Unterstützung	13,6 %
Öffentlichkeitsarbeit	13,6 %
Starthilfe/Anleitung	11,1 %
Gruppensdynamik	11,0 %
Fort- und Weiterbildung	6,9 %
Fort- und Weiterbildung	6,1 %
Vermittlung/ Kontakte zu Profis	6,1 %
Finanzen/KK-Förderung	0,6 %
Finanzen/KK-Förderung	1,3 %

## Gruppengründungen

Die Kontaktstelle berät und begleitet SHG in der Anfangsphase. Darüber hinaus steht sie den Gruppenmitgliedern für organisatorische und inhaltliche Fragen zur Verfügung.

**10 Gruppen** konnten neu in die Kartei aufgenommen werden:

- Herrenrunde
- Borreliose
- Kaufsucht
- Pfliegende Angehörige Kreis Paderborn
- Schädel-Hirn-Trauma
- Unterleibskrebs
- Overeaters Anonymous
- Wachkoma OWL
- Schlaganfall Bad Lippspringe
- AL ANON/Erwachsene Kinder von Alkoholabhängigen

davon wurden **7 Gruppen** mit Unterstützung der Selbsthilfe-Kontaktstelle gegründet.

folgende Gruppen befinden sich in Planung:

- Angehörige Depressiverkrankter
- Brustkrebs
- Morbus Meniere
- Borderline

## 3. Veranstaltungen und Projekte

### • Tag der Selbsthilfe am 16.06.07

Es nahmen 20 Gruppen mit einem Infostand auf dem Marienplatz teil.

Neben dem musikalischen Programm wurden 2 Vorträge angeboten.

„Patientenverfügung“ / „Patientenrechte“

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

Der Förderverein des Paritätischen, die AOK Paderborn, die Stadt Paderborn, die kath. Kirchengemeinde St. Liborius, und allen, die ehrenamtlich geholfen haben

- **Veranstaltung der Frauenselbsthilfe nach Krebs** im Westphalenhof Paderborn am **17.03.07**

- **NRW-Tag Paderborn am 25.08.07**

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle beteiligte sich mit einem Infostand.

### • Gesundheitstag im HNF am 10.11.07

Die Kontaktstelle und einige Selbsthilfegruppen waren mit einem Infostand vertreten.

### „In Gang-SetzerInnen“

Seit dem Frühjahr 2007 nimmt die Kontaktstelle an einem bundesweiten Projekt der BKK und des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes NRW teil. Ziel ist es, durch Schulung ehrenamtlicher MitarbeiterInnen, den Gruppen in der Anfangsphase eine Begleitung zur Seite stellen zu können, die die TeilnehmerInnen unterstützt ins Gespräch zu kommen und die hilfreiche Anregungen für die Gruppenarbeit geben kann. Sieben In-Gang-SetzerInnen aus verschiedenen Altersgruppen wurden geschult und können nun neue Gruppen auf Wunsch „In-Gang-Setzen“.

### „Krankenhaus und Selbsthilfe“

Im Rahmen des Projektes bieten inzwischen folgende SHG Sprechstunden in den drei Häusern des St. Vincenz Krankenhauses an:

**Im Landeshospital:** „Schlaganfall u. a. Behinderungen, SHG Schlaganfall und die SHG Multiple Sklerose.

**Im Haupthaus:** Treffen der Defi - SHG für Betroffene und Angehörige, Treffen der SHG Diabetiker (Angehörige und Betroffene) Beratungsangebot auf der Station / der SHG für künstliche Harnableitung / Darmausgang u. Darmkrebs. **NEU seit Herbst 2007:**

Sprechstunde des Arbeitskreises Selbsthilfe und Sucht

In der **Frauenklinik:** Beratungsangebot der Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V. , des Gesprächskreises „Brustkrebs“ der SHG „Unterleibkrebs“.

### „Arbeitskreis Selbsthilfe und Sucht“

Neben dem intensiven Erfahrungsaustausch hat der Arbeitskreis ein neues Angebot auf den Weg gebracht. Seit Oktober letzten Jahres bieten im Wechsel die Suchtselbsthilfegruppen Betroffenen und Angehörigen im St. Vincenz-Krankenhaus eine Sprechstunde an. Jeder, der sich für die Selbsthilfe als ersten Schritt aus der Abhängigkeit oder als Nachsorge interessiert, kann mit Menschen, die ihre eigenen Erfahrungen weitergeben, ins Gespräch kommen. Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat stehen von 16.30- 18.00 Uhr Gruppenmitglieder für ein Gespräch zur Verfügung.

**Fortbildungsangebot für Selbsthilfegruppen**  
„Beratung in der Selbsthilfe“ – Workshop über 4  
Termine im Frühjahr 07. Referentin: Dipl.  
Pädagogin Beate Knies, 16 Teilnehmer

**Vortrag für SHG und Ehrenamtliche**  
„Haft u. Unfallversicherung im Ehrenamt“  
Am 26.04.07 im Westphalenhof Paderborn

#### **Informationsveranstaltungen der Selbsthilfe- Kontaktstelle**

10.01.07 Krankenpflegeschule Vincenz  
krankenhaus / mit der SHG „Verwaiste  
Eltern“  
17.01.07 Seminar für Krankenpflege des St.  
Johannisstiftes  
02.05.07 Seminar für Altenpflege des St.  
Johannisstiftes  
16.10.07 Seminar für Altenpflege des St.  
Johannisstiftes / mit der SHG Schlag-  
anfall u. a. Behinderungen  
22.11.07 Kath. Fachhochschule Paderborn

#### **4. Gremienarbeit**

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist seit 2003  
Mitglied in der kommunalen Gesundheits-  
konferenz als Vertreter für die SHG der Stadt  
und des Kreises Paderborn.

- Die Kontaktstelle arbeitet mit in der  
Untergruppe „Essstörungen“ der  
Arbeitsgruppe „Frauen und Gesundheit“.
- Seit August 2007 Teilnehmer am KOMM-  
IN Projekt Paderborn- in der  
Arbeitsgruppe „Migration und  
Gesundheit“
- Aktuell / Teilnahme am Projekt „Bündnis  
gegen Depressionen“ in der  
Arbeitsgruppe „Angebot für Betroffene  
und Angehörige“
- Beratendes Mitglied im Beirat  
„Selbsthilfeförderung der  
Krankenkassen“ ab 2008

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist Mitglied in der  
**Deutschen Arbeitsgemeinschaft SHG e.V.**  
und nimmt regelmäßig am **LAK**(Landesarbeits-  
kreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen) **NRW** und  
an der **AG der Selbsthilfe-Kontaktstellen im  
Paritätischen** teil.

#### **5. Planungen für 2008**

- Tag der Selbsthilfe
- Fortsetzung Projekt „In Gang Setzer“  
Erfahrungen mit den ersten begleiteten  
Gruppen Gründungen,
- Fortsetzung Projekt „Krankenhaus und  
Selbsthilfe / Planen von gemeinsamen  
Veranstaltungen in der Frauenklinik
- Selbsthilfezeitung „Selbsthilfe in  
Paderborn / Selbsthilfegruppen stellen  
sich vor“
- Workshop für Selbsthilfegruppen zum  
Thema „Gespräche führen und kollegial  
beraten in der Selbsthilfearbeit“
- Selbsthilfegruppenförderung durch  
die Krankenkassen. Neues Antrags-  
verfahren, Beteiligung der Selbsthilfe im  
Beirat,
- Aktionen im Rahmen des Projektes  
„Bündnis gegen Depression“

<p><b>Adipositas</b>  AL – ANON (Kontakt für Angehörige und Familiengruppen von Alkoholkranken)  AL – ATEEN (Kontakt für Kinder und Jugendliche, Freunde von Familien mit Alkoholismus)  Alzheimer  Amputierte  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 (Erwachsene)</p> <p><b>Behinderte Kinder /Jugendliche und deren Familien</b>  Blinde- und Sehbehinderte  Borreliose  Brustkrebs</p> <p><b>Defibrillatorträger</b>  Depressionen  Diabetes  Dialysepatienten / Nierenkranke</p> <p><b>EA /Emotion Anonymous /Seelische Gesundheit</b>  Ehlers-Danlos Syndrom  Eltern diabetischer Kinder  Eltern drogen-gefährdeter und abhängiger Menschen  Elterninitiative entwicklungsverzögerter Kinder  Eltern krebskranker Kinder  Endometriose  Epilepsie/Kinder  Essstörungen</p> <p><b>Frauen / Beziehungsproblematik</b>  Frauen nach Krebs  Frauen mit sexueller und / oder häuslicher Gewalterfahrung</p> <p><b>Gehörlose</b>  Geistigbehinderungen  Gestose  Glaukom (Grüner Star)  Glykogenose</p> <p><b>Hepatitis C</b>  Herkunftseltern  Herrenrunde  Herzerkrankungen  Hochbegabte Kinder  Homosexualität (Eltern und Angehörige homosexuell liebender Kinder)  Huntington  Hydrocephalus  Hyperaktivität</p> <p><b>Inkontinenz / Stuhl- und Harninkontinenz</b>  Insulinpumpenträger / ICT-Insulintherapie Betroffene</p> <p><b>Kehlkopflose</b>  Körperbehinderungen  Krebs  Künstlicher Darmausgang und Harnableitung (Ilco)</p>	<p>auch Darmkrebsbetroffene)</p> <p><b>Lupus Erythematodes</b></p> <p><b>Medikamenten - und Alkoholabhängige und deren Angehörige</b>  Messies  Mobbing  Morbus Bechterew  Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa  Multiple Sklerose  Myastenie (Muskelerkrankung)</p> <p><b>Narcotics Anonymous</b>  Neurodermitis</p> <p><b>Osteoporose</b></p> <p><b>Parkinson</b>  Pflegerische Angehörige  Pilzerkrankung  Poliomyelitis (Kinderlähmungsfolgen)  Prostata, Blasen und Hodenkrebs  Psoriasis und Haut  Psychiatrieerfahrene  Psychose</p> <p><b>Restless Legs Syndrom</b>  Rheuma (Arthrose, Arthritis, Fibromyalgie, Vaskulitis, Wirbelsäule)</p> <p><b>Sarkoidose</b>  Schädel-Hirntrauma  Schilddrüsenerkrankung / -krebs  Schlaganfall  Schmerzen  Schwerhörigkeit  Senior/innen  Sehbehinderungen  Skoliose  Sonntagsfreundeskreis  Soziale Phobien  Spielsucht  Spina-bifida  Sprachstörungen /Stotterer Selbsthilfe  Suchterkrankungen</p> <p><b>Unterleibskrebs (Gebärmutterhals-Eierstockkrebs)</b></p> <p><b>Tinnitus</b>  Transgender  Trauerarbeit  Trennung/Scheidung</p> <p><b>Väter</b>  Verwaiste Eltern</p> <p><b>Wachkoma</b></p> <p><b>Zöliakie</b>  Zwangserkrankung</p>
--	---

