

Jahresbericht 2011



7. Lippischer Selbsthilfetag

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe
Schorenstraße 12
32756 Detmold
Tel.: 052 31- 56 12 60
selbsthilfe-lippe@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-lippe.de

Inhalt

Entwicklungen und neue Herausforderungen in der Selbsthilfeunterstützung in Lippe	2
Rahmenbedingungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle	4
Zielgruppen der Selbsthilfe-Kontaktstelle	5
Selbsthilfeunterstützung in Zahlen	7
<i>Highlights 2011</i>	
Ehrungsfeier für Freiwillig Engagiert in der Selbsthilfe	9
7. Lippischer Selbsthilfetag	10
Chronologie weiterer Veranstaltungen und Aktivitäten 2011	11
Projekte, in denen die Selbsthilfe-Kontaktstelle mitarbeitet	12
Öffentlichkeitsarbeit / Veröffentlichungen	13
Mitarbeit in Gremien / Arbeitsgruppen und –kreisen	14
Kooperationen mit Fachleuten und Institutionen	14
Ausblick 2012	15
Selbsthilfegruppen-Themen im Überblick	16

Entwicklungen und neue Herausforderungen für die Selbsthilfeunterstützung im Kreis Lippe

2012 wird die Selbsthilfe-Kontaktstelle 10 Jahre. Aus diesem Anlass möchten wir an dieser Stelle ein erstes Resümee des Erreichten ziehen, um davon ausgehend die Aufgaben für die nächsten Jahre zu bestimmen.

Auch in den Selbsthilfe-Kontaktstellen stellen wir eine wachsende Arbeitsverdichtung und Komplexität fest. Die Schwerpunkte unserer Arbeit haben sich etwas verlagert von „Information über Selbsthilfe“ und „Gruppengründungen“ hin zu „Clearing-Beratung für komplexe Anliegen“ und „Vernetzung der Selbsthilfegruppen in der Versorgungslandschaft“.

Mit der Verbreitung der Internetnutzung nehmen die reinen Informationsanfragen ab, aber es steigt die Zahl der Ratsuchenden mit einem ganzen Bündel an Problemen.

Ein Beispiel: Da verliert eine erwerbslose Frau ihren Mann durch Krebs und die jugendliche Tochter entwickelt allmählich eine Magersucht. Zum Zeitpunkt der Kontaktaufnahme zu uns haben manche Menschen bereits eine Odyssee hinter sich, ehe sie passende Hilfen durch den Austausch in der Gruppe finden.

Wie andere Selbsthilfe-Kontaktstellen in Kreisen müssen wir eine auffallend ungleichzeitige Entwicklung der Selbsthilfelandchaft in den mittleren Städten und in den Randgebieten des Kreises erkennen. In manchen Gebieten haben wir immer noch Pionierarbeit zu leisten.

In folgenden Regionen, Bereichen und Themenfeldern konnte Gemeinschaftliche Selbsthilfe als Bewältigungsform für viele Lebensprobleme seit Bestehen der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe - ehemals Likiss - auf gutem Niveau ausgebaut und verstetigt werden:

- in den größeren Städten verlässliche Standards im Bereich der Kernaufgaben, wie Information und Beratung von Bürger/inne/n und Fachleuten, Gründung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen in ihrer Arbeit und Zusammenarbeit mit Fachleuten
- produktive Kooperationen und Unterstützungsstrukturen besonders in Detmold
- hier eine gute Bekanntheit und Beteiligung betroffener Bürgerinnen und Bürger 50 +
- hier eine große Zahl an stabilen Selbsthilfegruppen für Menschen mit chronischen Erkrankungen zu einem breiten Spektrum an Themen, von Alzheimer bis Zöliakie, was auch auf die Förderung der gesetzlichen Krankenkassen zurückzuführen ist
- eine gute Unterstützung der Bekanntheit und des Zugangs zu Selbsthilfegruppen für Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen (Herausgabe Sucht-Wegweiser 2009/10)
- Ergänzung und Vertiefung der Selbsthilfeunterstützung durch Projekte mit fachlichem Bezug zu den klassischen Aufgaben:
 - Örtliche Unterstützungsstelle (www.gkv-selbsthilfefoerderung-nrw.de)
 - „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ (www.sozialprojekte.de)
 - „In-Gang-Setzer“ (www.in-gang-setzer.de)

(weitere Informationen siehe auch „Projekte“, S.12)

In den nächsten Jahren werden wir folgende Regionen, Bereiche und Themenfelder verstärkt in den Fokus nehmen und (weiter-)entwickeln:

- Verbreitung des Selbsthilfegedankens in den Randgebieten des Kreises, wo der Bedarf an Austausch und Hilfe wächst (weil die Jungen abgewandert sind, weil man über manche Sorgen nicht mit seinen Nachbarn spricht, weil die Busverbindungen unzureichend sind und man sich das Autofahren nicht mehr zutraut.)
- Kontakte zu Medien, Politik und Fachleuten mit Bezug zu den Randlagen des Kreises
- Zugang zur Selbsthilfe für jüngere Menschen attraktiver machen, u.a. durch Nutzung neuer Medien (Web 2.0) und neuer Begriffe (Begriff „Selbsthilfe“ erweitern, ersetzen)
- Initiierung und Unterstützung von Gruppengründungen zu den Themenkreisen der „psychische Erkrankungen“, „Psychosoziale Probleme“ und „Soziale Lebenslagen“ (z.B. Alleinerziehend sein, Alleinsein im Alter)
- Unterstützung der Zusammenarbeit und Vernetzung aller lippischen Selbsthilfegruppen zu den psycho-sozialen Themenkreisen
- Erschließung der Fördermöglichkeiten für Selbsthilfegruppen zu psychosozialen Themen, die nicht zum Förderspektrum der Krankenkassen gehören.
- Beratung für Gruppen mit gruppeninternen Problemen als Angebot etablieren, dass frühzeitig genutzt wird (nicht erst, wenn die Gruppenauflösung schon „im Raum“ ist)
- Fortführung und Pflege der o.g. etablierten Angebote, Leistungen und Unterstützungsstrukturen

Ebenso werden wir die drei o.g. Projekte wegen ihrer sinnvollen Ergänzungsfunktion fortführen. Sie stärken die Kooperation der Selbsthilfe untereinander ebenso wie mit Fachleuten und Institutionen im professionellen Versorgungssystem. Das entspricht dem wachsenden Bedarf und Interesse aller Beteiligten an Vernetzung.

(Weitere Informationen hierzu finden Sie unter „Ausblick 2012“ S. 15).

Rahmenbedingungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe wurde 2002 unter dem Dach des Paritätischen NRW als eine von 47 Einrichtungen der Selbsthilfeunterstützung in NRW gegründet. Träger ist die PariSozial gGmbH Lippe/Gütersloh/Paderborn, Schorenstr. 12, 32756 Detmold.

Räumliche Ausstattung:

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe befindet sich im barrierearmen Haus der PariSozial gGmbH Lippe unter dem Dach des Paritätischen NRW. Sie verfügt über zwei Büro- bzw. Beratungsräume, einen Wartebereich im Flur und einen Gruppenraum, der den Selbsthilfegruppen zur Verfügung gestellt wird. Beide Büroräume sind mit einem PC ausgestattet, ein Büro verfügt über einen Beratungsbereich.

Personalausstattung:

2 Fachkräfte und 1 Verwaltungsangestellte	
Karin Marciniak, Diplom-Soziologin, Supervisorin DGsv	19,90 Std./Wo
Monika Diener, Diplom-Sozialpädagogin, Familientherapeutin	19,25 Std./Wo
Antje Bruns, geprüfte Bürokauffrau	19,25 Std./Wo

Sprechzeiten:

Montag bis Mittwoch von 9.30 – 12.30 Uhr
Donnerstag von 15.00 – 18.00 Uhr

Finanzierung:

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wird durch Fördermittel des Kreises Lippe, des Landes NRW, der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 SGB V und des Paritätischen getragen. Für Anfragende sind die Leistungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe kostenfrei.

Unser Leistungsprofil

Die Selbsthilfe-Kontaktstellen Kreis Lippe erfüllen das gesamte Aufgabenspektrum und die fachliche Arbeitsweise professioneller Selbsthilfe-Kontaktstellen (siehe hierzu die Leistungsbeschreibungen der DAG SHG und der GKV).

Zielgruppen der Selbsthilfe-Kontaktstelle

Information und Beratung für Selbsthilfe-interessierte Bürgerinnen und Bürger

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe informiert, berät und unterstützt interessierte und ratsuchende Bürgerinnen und Bürger und Fachleute

- über lippische und teilweise überregionale Angebote der Selbsthilfe
- über lippische und teilweise überregionale Selbsthilfegruppen und -organisationen
- über professionellen Hilfen in der Region
- bei der Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe (s.u.)

Gruppengründungen und Unterstützung von Selbsthilfegruppen

Neugründungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle berät und unterstützt Menschen, die eine Gruppe initiieren bzw. gründen wollen

- bei allen inhaltlichen und organisatorischen Fragen, wie Raumsuche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit zur Suche nach weiteren Interessierten
- bei Kontakten zu Fachleuten für die Suche nach Mitgliedern, Vorträge u.a.
- mit der Einladung zum Gründungstreffen und der Moderation des Gründungstreffen
- durch Handouts mit Tipps zur Gestaltung der Gruppengespräche
- durch Begleitung weiterer Treffen durch eine Fachkraft oder eine/n In-Gang-Setzer/in

Unterstützung bestehender Selbsthilfegruppen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle unterstützt bestehende Gruppen in ihrem Engagement

- bei dem Erstellen von Presseartikeln, Faltblättern
- bei der Kontaktaufnahme zu den Medien für die Öffentlichkeitsarbeit
- bei der Organisation von Veranstaltungen und der Suche nach Referenten
- bei der Suche nach geeigneten Räumen
- durch zur Verfügung stellen eines Gruppenraums oder ihrer technischen Ausstattung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle unterstützt Öffentlichkeitsarbeit, Austausch und Informationen, Zusammenarbeit und Vernetzung der Lippischen Selbsthilfegruppen untereinander durch die Organisation

- von 3 bis 4 Gesamttreffen für alle Lippischen Selbsthilfegruppen
- von 2 Konferenzen der Detmolder Selbsthilfegruppen
- seit 2011 der neuen Konferenz der Selbsthilfegruppen zu psychischen Themen
- und Mitarbeit bei Großveranstaltungen mit Bezug zum Thema Selbsthilfe, wie Aktionswoche Sucht oder Selbsthilfetage (eigene Veranstaltung)

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle unterstützt die Selbsthilfegruppen bei der Gestaltung ihrer Gruppenarbeit und -gespräche durch

- Organisatorische Unterstützung bei Fachveranstaltungen
- Fortbildungsangebote zu selbsthilfe- und gruppenrelevanten Themen
- Beratung über finanzielle Fördermöglichkeiten und Hilfe bei der Antragstellung
- Herstellen von Kontakten zu professionellen Fachkräften / Einrichtungen
- Beratung bei gruppeninternen Problemen

Zusammenarbeit mit Fachkräften aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle pflegt den Kontakt zu anderen Lippischen Fachkräften, Berufsgruppen und Institutionen, die sich im Gesundheits- und Sozialbereich engagieren, z. B. Beratungsstellen, öffentliche Behörden, Arztpraxen und kassenärztliche Vereinigungen, Krankenkassen, Kurkliniken und Rehabilitationseinrichtungen, Sozialdienste der Krankenhäuser, Apotheken und Gesundheitshäuser.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle verwaltet Informationen unterschiedlicher Hilfsangebote, die über die Selbsthilfe hinausgehen, damit gegebenenfalls Hilfesuchende weiterverwiesen werden können. Durch die regelmäßige Bekanntgabe von Informationen sorgt die Selbsthilfe-Kontaktstelle dafür, dass oben genannte professionelle Einrichtungen stets umfassend zur Selbsthilfearbeit in Lippe informiert sind.

Selbsthilfeunterstützung in Zahlen

Vermittlung und Beratung zum Thema Selbsthilfe sind weiterhin ein großer und wichtiger Aufgabenbereich. 2011 wurden 3.683 eingehende und ca. 3.400 ausgehende Kontakte erfasst.

Art der Kontaktaufnahme

telefonisch	45%
persönlich	14%
schriftlich (Post, Email)	41%

Damit haben weiterhin schriftliche Kontaktaufnahmen zugenommen, was ausschließlich auf eine Zunahme an Email-Kontakten zurück zu führen.

Wer Kontakt aufnahm

Frauen	61%
Männer	39%

Der Trend eines im Vergleich zu früheren Jahren hohen Männeranteils unter den Selbsthilfe-Interessierten setzt sich fort.

Anfragen nach Nutzergruppen

Betroffene selbst	45%
Selbsthilfegruppen	24%
Fachleute	21%
Als Angehörige betroffen	8%
In Vertretung für Betroffene	2%

Mit der Fortführung der Projekte „Örtliche Unterstützungsstelle“ und insbesondere „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ setzt sich der Trend des hohen Anteils an Fachleuten unter den Nutzern fort. Auch die Organisation der größeren Veranstaltungen ging mit zahlreichen Kontakten auch mit Professionellen einher. (Selbsthilfe-Ausstellung in Oerlinghausen, Ehrungsfeier für Selbsthilfe-Aktive; Aktionswoche gegen Sucht „Weniger ist besser“ und 7. Lippischer Selbsthilfetag).

Anliegen von Bürgerinnen und Bürgern und von Fachleuten

Suche nach einer Selbsthilfegruppe	32%
Suche nach professioneller Hilfe	16%
Kooperationen (gemeinsame Aktionen, Gremien etc.)	14%
Hilfe bei der Gruppengründung	12%
Allgemeine Selbsthilfe-Informationen	12%
Öffentlichkeitsarbeit	10%
Finanzen	3%

Wie in anderen Selbsthilfe-Kontaktstellen hat der Anteil der Anfragen zur Suche nach einer Selbsthilfegruppen leicht abgenommen, da inzwischen auch viele Selbsthilfegruppen im Internet vertreten sind, so dass Internetnutzer direkt zu ihnen Kontakt aufnehmen können.

Anliegen der Selbsthilfegruppen

Austausch aktueller Informationen	24%
Finanzen/Krankenkassenförderung	21%
Öffentlichkeitsarbeit	12%
Kooperationen/AGs/Gremien	12%
Fortbildungen	11%
Organisatorische Unterstützung	9%
Gruppendynamik	7%

Vermittlung von Kooperation mit Fachleuten	7%
Gruppendynamik	7%
Starthilfe bei Gruppengründung	7%

Es fällt der zahlenmäßige Unterschied der Anfragen der Gruppen zu eher technischen Unterstützungsanliegen, wie Öffentlichkeitsarbeit oder Finanzen gegenüber dem geringeren Anteil an Nachfrage von Hilfe bei gruppeninternen Problemen. (Mehrfachnennungen enthalten)

Der Kontaktaufnahme kam zustande über

Internet	31%
Professionelle Fachkräfte	22%
Veranstaltungen (Selbsthilfetage, Vorträge usw.)	20%
Selbsthilfegruppenmitglieder	14%
Medien (Presse)	7%
Andere Selbsthilfe-Kontaktstellen	6%

Mit stark steigender Tendenz werden Ratsuchende über das Internet auf Selbsthilfe aufmerksam.

Die Vielfalt der Selbsthilfe in Lippe

Die Zahl der Selbsthilfegruppen im Kreis Lippe hat sich nach einer deutlichen Zunahme in den Aufbaujahren der Selbsthilfe-Kontaktstelle auf einem guten Niveau stabilisiert. Für die Erstellung des neuen Wegweisers waren alle Gruppen angeschrieben worden, um die Daten zu aktualisieren. Der Rücklauf ergab, dass zurzeit 177 Selbsthilfegruppen im Kreis Lippe aktiv sind.

2011 konnten 7 Gruppen neu oder erneut in unsere Kartei aufgenommen werden:

- Burnout, *Betroffene* Detmold (mit In-Gang-Setzer)
- Depressionen und Ängste, *Betroffene* Detmold
- JEmah Junge Erwachsene mit angeborenem Herzfehler Detmold
- BIPE, Psychiatrie-Erfahrene Detmold (Neustart mit In-Gang-Setzer)
- Alkoholabhängigkeit, *Betroffene* Detmold (Gruppenteilung wegen großer Nachfrage)
- Angehörige von sexuell Missbrauchten Detmold (3 offene Treffen)
- Alkoholabhängigkeit (Betroffene) Dörentrup (Gründungsversuch)

Highlights 2011

Ehrungsfeier für Freiwillig Engagiert in der Selbsthilfe

Gemeinschaftliche Selbsthilfe lebt vom Einsatz freiwillig Engagierter. Gruppen brauchen Menschen, die sich verantwortlich fühlen, die sich um Gruppenraum und Gruppentreffen kümmern, Mitglieder finden und einbinden, für neu Betroffene ansprechbar sind, Referenten einladen, an Veranstaltungen, um über ihr Thema zu informieren, Tabus abzubauen und Menschen auf ihr Gruppenangebot aufmerksam machen.

Auf Anregung der Selbsthilfe-Kontaktstelle haben die lippischen Selbsthilfegruppen 12 Selbsthilfe-Aktive für eine Ehrung für ihr Engagement vorgeschlagen, die im Rahmen einer sehr gut besuchten Feier am 19. September im Foyer der Stadthalle Detmold geehrt wurden.

Bürgermeister a.D. Rolf Brakemeier und Dieter Brinker vom Paritätische Kreis Lippe, benannten in ihren Reden den Wert der Selbsthilfe für die Kommunen: Selbsthilfe ermutige Menschen, ihr Schicksal selbst in die Hand zu nehmen, aber sie könne nicht benutzt werden, um Versorgungslücken zu „verdecken“, denn sie brauche selbst professionelle Unterstützung um in der Fläche zu wirken.



Geehrte Selbsthilfe-Aktive:

vorn sitzend: Rudolph Oehne (Schlaganfall Selbsthilfe Detmold e.V.)

stehend von links nach rechts: Dagmar Piepho (Hilfe zum Weiterleben e.V., Detmold), Wolfgang Schwalenstöcker (Solidarkreis Sucht, Detmold), Claus Müller (Blaukreuz, Detmold), Barbara Jancke-Harrack (Freundeskreis, Kalletal), Gertrud Blanke (Osteoporose, Bad Salzuflen), Sandra Richeton (LRS und Dyskalkulie, Lippe), Jürgen Windmeier und Claus Wefing (Arche Noah, Bad Salzuflen)
nicht auf dem Bild: Christa Kleine (Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa, Lippe)
posthum: Erhard Merkord (apk – Interessengemeinschaft Angehörige psychisch Kranker e.V., Lippe)
Ingrid Hegemann (Restless Legs, Oerlinghausen)

7. Lippische Selbsthilfetag

2011 hat die Selbsthilfe-Kontaktstelle den 7. Lippischen Selbsthilfetag organisiert. Am Samstag, den 5. November konnten sich Bürgerinnen und Bürger in der Stadthalle Detmold an 43 Ständen von Selbsthilfegruppen und gemeinnützigen Einrichtungen informieren über Diagnosen und Therapien ganz unterschiedlicher Erkrankungen und Problemlagen.

Parallel zum Selbsthilfeforum wurde ein gut besuchtes Vortragsprogramm angeboten:

Zum Umgang mit dementen Menschen, Franz-Josef Faltin, Leiter der Tagesklinik Horn Bad Meinberg im gpz

Burnout – raus aus der Erschöpfungspirale, Eva von Buch, NLP Coach

Multiple Sklerose – immer noch eine unheimliche Krankheit?, Dr. med. Markus Heibel, Chefarzt an der Sauerlandklinik Hachen

Angst – was helfen kann, Roland Rosinus (Buchautor und Polizist)

Blick hinter die Kulissen - wie arbeiten Selbsthilfegruppen? mitgewirkt haben Selbsthilfe-Aktive, Moderation: Anne Behnen, Fachkraft der Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld

Die positive Resonanz der beteiligten Selbsthilfegruppen, der Medien, der Gäste aus Politik und Fachwelt und der Bürgerinnen und Bürger macht deutlich, dass der Selbsthilfetag auch in Zeiten des Internets einen eigenen Wert als lebensnahes Selbsthilfe-Forum hat.



Selbsthilfe-Interessierte und –Aktive applaudieren nach den Eröffnungsansprachen



Landrat Friedel Heuwinkel, Karin Marciniak, Fachkraft der Selbsthilfe-Kontaktstelle, am Stand der dppv – Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.

Chronologie weiterer Veranstaltungen und Aktivitäten 2011

Februar bis Mai

3 Fortbildungen für Arzthelferinnen zum Thema „Selbsthilfe – Angebot und Chancen“, gemeinsam mit der KOSA der KV Westfalen-Lippe

Februar

Podiumsdiskussion zum Thema „Auswirkungen der Gesundheitsreform für chronisch Kranke“ im Klinikum Lippe

Mai

Auftaktveranstaltung der 14-tägigen Ausstellung „Selbsthilfe macht stark“ in den Räumen der Sparkasse Oerlinghausen

Unterstützung der Vorbereitungen der Aktionswoche „Alkohol – weniger ist besser“
So, 22. Infostand auf dem Detmolder Markt zum Thema „Lasst uns drüber reden? – Wie mit Sucht in der Familie umgehen?“ mit Suchttherapeutin Melanie Kuntz

Juni

Infoveranstaltung für Großstationsleitungen des Klinikums Lippe zum Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“

Vortrag „Die Vielfalt der Selbsthilfe - Hilfe vor Ort“ in der Gemeinde Leopoldshöhe

Juli bis Dezember

3 Kooperationsgespräche und 2 Arbeitstreffen zur Entwicklung triologischer Strukturen in Lippe in Bezug auf psychische Erkrankungen

September bis Dezember

Fortlaufende Supervisions-Fortbildung für Selbsthilfegruppen - Reflexion der eigenen Arbeit

September

Ehrungsveranstaltung für Selbsthilfe- Aktive in der Stadthalle Detmold

Oktober

Vortrag zum Thema „Gesetzliche Betreuung - Fluch oder Segen?“

Vortrag zum Thema „Die Vielfalt der Selbsthilfe- Hilfe vor Ort“ im SGA Dörentrup

November

Mi, 02. Selbsthilfegruppe – Wie funktioniert das? , Vortrag in der Alraune

Sa, 5. Lippischer Selbsthilfetag in der Stadthalle Detmold

Mi 09., Selbsthilfegruppe – Ist das was für mich?, Vortrag für Netzwerk Lippe

Mo, 21. Gründung der Konferenz der lippischen Selbsthilfegruppen zu psychischen Themen

Über das Jahr verteilt

Von der Selbsthilfe-Kontaktstelle inkl. Vor- und Nachbereitung durchgeführt

1 Austauschtreffen der Selbsthilfegruppen Oerlinghausen

2 Konferenzen der Detmolder Selbsthilfegruppen

3 Gesamttreffen für alle Lippischen Selbsthilfegruppen

Projekte

In-Gang-Setzer – Stütze für neue Selbsthilfegruppen

Ein bundesweites Projekt des Paritätischen Landesverbands NRW gefördert vom BV und LV NRW der Betriebskrankenkassen (BKK)

Die Erfahrungen von vielen Selbsthilfe-Kontaktstellen belegen einen Anstieg an Selbsthilfegruppen im Bereich psychisch und psychosomatischer Erkrankungen. Gerade hier fehlen oft die kommunikativen Fähigkeiten und die Belastbarkeit, die Gründung einer Selbsthilfegruppe eigenständig zu gestalten. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist seit 2008 an dem Projekt beteiligt. Hierfür wurden Ehrenamtliche mit Gruppenerfahrung geschult, die neue Selbsthilfegruppen in der Startphase begleiten.

Es sind bereits mehrere Gruppen mit Unterstützung der In-Gang-Setzerinnen erfolgreich gegründet worden. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle begleitet die Gruppe der In-Gang-Setzer durch regelmäßige supervisorisch angeleitete Austauschtreffen.

Das Projekt hat den sehr förderlichen Nebeneffekt, dass die Erfahrung und Reflexionstreffen als In-Gang-Setzer auf die Qualität der eigenen Gruppenarbeit zurückwirkt.

Weitere Informationen zum Projekt siehe unter www.in-gang-setzer.de.

Krankenkassen und Selbsthilfe-Kontaktstelle rücken näher zusammen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist seit 2008 „Örtliche Unterstützungsstelle“ der regionalen Krankenkassen“ für die Pauschalförderung von Selbsthilfegruppen nach §20c.

Sie unterstützt die Krankenkassen formal bei der Bearbeitung von Anträgen der gesundheitlich orientierten Selbsthilfegruppen und organisiert und moderiert die Beiratssitzung. Der Beirat setzt sich zusammen aus Krankenkassenvertretern, Vertretern aus Arbeitsgemeinschaften der Selbsthilfe und den Vertretern der Selbsthilfegruppen.

Weitere Informationen zum Projekt siehe unter www.gkv-selbsthilfegoerderung-nrw.de.

Kooperation zwischen Krankenhaus und Selbsthilfe – eine gute Idee setzt sich durch!

Das Klinikum Lippe auf dem Weg zum „Selbsthilfefreundlichen Krankenhaus“

Zu unserer Freude konnten wir 2011 den Kooperationsvertrag „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ mit dem Klinikum Lippe unterzeichnen.

Der Kooperationsvertrag beinhaltet eine sachorientierte Zusammenarbeit zwischen Klinikpersonal, Selbsthilfe-Beauftragter des Klinikums, Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Kontaktstelle. Im Rahmen eines Qualitätszirkels sind wichtige Entscheidungen vorangebracht worden, um das Selbsthilfeangebot für Patienten und Mitarbeiter sichtbar zu machen und den Selbsthilfegedanken in die Strukturen des Klinikums einzubinden.

Weitere Informationen siehe unter www.sozialprojekte.de

Öffentlichkeitsarbeit / Veröffentlichungen

Neben öffentlichen Veranstaltungen werden anlassbezogen Pressenotizen, – mitteilungen und Artikel veröffentlicht. Darüber hinaus erstellen und aktualisieren wir eigene Medien:

- **Flyer der Selbsthilfe-Kontaktstelle**
- **Selbsthilfe-Themenlisten**, im halbjährlichen Turnus aktualisiert
- **Wegweiser „Professionelle Hilfsangebote im Kreis Lippe“** für Selbsthilfegruppen
- **Newsletter** für Selbsthilfegruppen, 3 mal jährlich aktuelle Informationen zu Terminen, Publikationen, Selbsthilfethemen
- **Suchtwegweiser** (2. Auflage von 2010 fast vergriffen)
- Informationen im **Internet**: www.selbsthilfe-lippe.de , www.selbsthilfenetz.de
- **Neuer Flyer: Selbsthilfegruppen zum Thema psychische Erkrankungen**
- **Neu: Lippischer Selbsthilfe-Wegweiser** (als Ergänzung zum 2010 aktualisierten Suchtwegweiser)

Wir versenden unsere Materialien regelmäßig an die jeweiligen Adressaten, wie an Selbsthilfegruppen oder an Lippische Arzt- und Psychotherapiepraxen, Kliniken, Beratungs- und andere Fachstellen in unserem Verteiler oder auf Anfrage.



Monika Diener, Fachkraft der Selbsthilfe-Kontaktstelle, zeigt einem Interessierten den neuen Selbsthilfe-Wegweiser.

Mitarbeit in Gremien / Arbeitsgruppen und –kreisen

- Mitglied in der Kommunalen Gesundheits- und Pflegekonferenz des Kreises Lippe
- Moderation des Qualitätszirkels im Rahmen des Projekts Selbsthilfefreundliches Krankenhaus im Klinikum Lippe
- Teilnahme am Qualitätszirkel der Psychiatriekoordination im Kreis Lippe
- Mitarbeit in der Arbeitsgemeinschaft Sucht
- Vertreten im Behindertenbeirat der Stadt Detmold ist durch ein Selbsthilfemitglied, das auf den Gesamttreffen der Lippischen Selbsthilfegruppen (s.u.) gewählt und von der Selbsthilfe-Kontaktstelle fachlich begleitet wird
- Moderation und Organisation des Gesamttreffen der Lippischen Selbsthilfegruppen
- Moderation und Organisation der Konferenz der Detmolder Selbsthilfegruppen
- Moderation und Organisation des Arbeitskreises der Selbsthilfegruppen in Oerlinghausen
- Mitarbeit im Landesarbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW der KOSKON
- Mitarbeit im landesweiten Facharbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Trägerschaft des PARITÄTISCHEN NRW und in der Regionalgruppe Westfalen
- Mitarbeit in der Fachgruppe des Projekts In-Gang-Setzer des Paritätischen NRW

Kooperationen

1) Kooperation mit niedergelassenen Ärzten und Kliniken:

Unter den niedergelassenen Ärzten wächst die Erfahrung, dass eine Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen sinnvoll ist, u.a. wenn Patienten den Austausch mit Gleichbetroffenen wünschen. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle hat eine Vermittler-Funktion. In diesem Kontext steht auch die Fortbildungsreihe für medizinische Fachkräfte im Kreis Lippe, die in Kooperation mit der KOSA der KV Westfalen-Lippe durchgeführt wurde.

2) Kooperation mit Fachkräften der sozialen Versorgung

Ob für einen Betroffenen in einer Situation Selbsthilfe die geeignete und ausreichende Hilfe ist oder eine professionelle Hilfe zumindest ergänzend nötig ist, muss in jedem Einzelfall gemeinsam geklärt werden. Dafür sind gute Kenntnisse des professionellen Hilfesystems erforderlich, die wir im direkten Austausch mit Fachleuten aus den Einrichtungen konkretisieren. Ebenso werden auch wir angefragt, um die Leistungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle im Rahmen von Veranstaltungen vorzustellen.

3). Kooperation mit der Volkshochschule

Gemeinsam mit der Volkshochschule werden an verschiedenen Standorten Fortbildungsveranstaltungen durchgeführt, die thematisch Bezug zu den Themen der Selbsthilfegruppen haben. Sie werden kombiniert mit Informationen über Selbsthilfe.

4) Kooperation mit der Pflegefachschule des Klinikum Lippe

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle hat vier Unterrichtseinheiten für zukünftige Pflegekräfte zum Thema „Selbsthilfe und die Bedeutung für Pflegekräfte“ erstellt.

5). Kooperation mit weiterführenden Schulen zum Thema Selbsthilfe und Sucht

Der Selbsthilfe-Kontaktstelle besucht auf Anfrage gemeinsam mit Sucht-Selbsthilfegruppen Schulklassen und Bildungseinrichtungen, um jungen Menschen Gemeinschaftliche Selbsthilfe als eine Chance der Bewältigung schwieriger Situationen bekannt zu machen.

6.) Kooperation mit der Fachhochschule des Mittelstandes in Bielefeld

Auf Anfrage stellen wir Unternehmen in der Region das Selbsthilfeangebot in Lippe vor.

Ausblick 2012

Über die Fortführung der etablierten Leistungen und Unterstützungsstrukturen und der 3 erfolgreichen Projekte hinaus sind zukünftig im regelmäßigen Abstand von 2 Jahren wechselnde Schwerpunktsetzungen geplant, im Hinblick auf Regionen, Zielgruppen und Themen.

2012 werden folgende Schwerpunkte gesetzt

- nördliche Region – beginnend mit Bad Salzuflen,
- Zielgruppen junge Internetnutzer und alleinstehende und pflegende ältere Menschen,
- Unterstützung der Gruppen zum Thema psychische Erkrankungen und die Verbesserung der Zusammenarbeit mit Fachleuten aus diesem Versorgungsbereich.

Konkret geplant oder just begonnen sind folgende Aktivitäten:

- Veranstaltungen mit Selbsthilfebezug an gut besuchten neuen Orten (nach Vorbild der erfolgreichen Selbsthilfe-Ausstellung in der Sparkasse Oerlinghausen)
- Kooperationen zu Politik und Fachleuten mit Bezug zu den Randlagen
- Zusätzlich zu den Gruppengründungen auf Anfrage von Initiatoren folgende Gruppengründungen auch ohne selbst betroffene Initiatoren
 - o „Gemeinsam gegen einsam im Ruhestand“
 - o Pflegende Angehörige (in Kooperation mit Pflegeeinrichtungen)
 - o Angehörige psychisch Kranker (in Bad Salzuflen)
- Beteiligung an der verbandsinternen Fachgruppe zur Nutzung neuer Medien (Web 2.0) für den attraktiveren Zugang junger Menschen zur Selbsthilfe
- 3 Konferenzen der Selbsthilfegruppen zu psychischen Erkrankungen (Angehörige und Betroffene), u.a. unter Einbeziehung von Fachleuten
- Mitarbeit im OWL-weiten Netzwerk gegen Depressionen
- Großveranstaltung anlässlich „10 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Lippe“ zur Frage, was Selbsthilfe in Stadt und Land zum Gelingen braucht
- Informationsveranstaltung für Angehörige psychisch Kranker in Kooperation mit der VHS Bad Salzuflen, Fachleuten aus dem psychiatrischen Bereich und Selbsthilfe-Aktiven
- Vortragsveranstaltung „Mein letzter Wille“, Dr. Fred Salomon, in Kooperation mit der VHS Detmold
- Fortbildung für Selbsthilfegruppen (Thema wird auf dem 1. Gesamttreffen gewählt)
- Aufbau einer neuen Homepage
- Kontakt mit den örtlichen Medien zur Verbesserung der Pressearbeit

Selbsthilfe-Themen im Überblick

A

Adipositas (morbide)
Adoption (Elterngruppe)
ADS/ADHS(Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom/mit Hyperaktivität)
Alkoholabhängige
Alkoholiker, (anonyme)
Allergien
Alzheimer
Amputation
Angehörige Drogenabhängiger
Angehörige Essgestörte
Angehörige Krebserkrankter
Angehörige psychisch Kranker
Angehörige Suchtkranker
Angst-Erkrankungen
Anorexie
Aphasie
Apoplexie
Arbeitslosigkeit
Asthma

B

Bauchspeicheldrüsenerkrankung
Bechterew, Morbus
Behinderung
Behinderte Kinder (Elterngruppe)
Besondere Kinder (Elterngruppe)
Beziehungssucht
Blasenerkrankung, chronische
Borreliose
Bulimie
Burnout
Brustkrebs

C

Chronische Darmerkrankungen
CI-Träger
Co-Abhängigkeit (anonyme)
Colitis Ulcerosa
Crohn, Morbus

D

Darmausgang, künstlicher
Darmerkrankungen
Darmkrebs
Defibrillator-Träger
Demenzkrankte, Angehörige
Depressionen
Diabetes
Dialysepflicht
Down-Syndrom
Drogenabhängigkeit

E

Eisenspeicherkrankheit
Ekzeme
Eltern drogenabhängiger Kinder
Elterngruppe behinderter Kinder
Eltern von Pflege- und Adoptivkindern
Eltern nach Verlust eines Kindes
Epilepsie
Essentieller Tremor
Ess-Störungen

F

Fehlgeburt
Fibromyalgie

Frauen, Suchtmittelabhängige
Frauen (nach Trennung/Scheidung)

G

Gefäßerkrankungen
Gehörlose

Geistige Behinderung
Glücksspielsucht
Glutenfreie Ernährung
Guttempler

H

Harnableitung, künstliche
Hauterkrankungen
Hämochromatose
Hartz IV
Hepatitis
Herzfehler, angeboren
Herzinfarkt
Herzklappe, künstliche
Herz-Kreislauf-Erkrankungen
Hochbegabte Kinder (Elterngruppe)
Homosexuelle Kinder (Elterngruppe)
Hörbehinderung
Hospiz
Hyperaktive Kinder
Hyperhidrose

I

Ichthyose
ILCO (Stomaträger)
Implantierter Defibrillator

J

Jugendliche (Suchtmittelabhängige)

K

Kahler Krankheit
Kehlkopflose
Kinder suchtkranker Eltern
Kinderlähmung
Koronarerkrankungen
Körperbehinderung
Krebs (Betroffene oder Angehörige)
Krebsnachsorge, Frauen u. Männer
Krise
Künstliche Harnableitung

L

Lese-Rechtschreib-Schwäche (LRS)
Leukämie
Lymphom
Lymphödem

M

Männertrauergruppe
Magersucht
Medikamentensucht
Mehrfachbehinderung
Messies
Migräne
Mobbing
Morbus Bechterew
Morbus Crohn
Mukoviszidose
Multiple Sklerose

N

Nahrungsmittel-Unverträglichkeit
Neurodermitis

O

Osteoporose

P

Panikattacken
Pankreatektomie
Parkinson
Pflegerische Angehörige
Pflege- und Adoptiveltern
Phobien

Plasmozytom
Polio (PPS-Postpoliosyndrom)
Polyneuropathie
Prostatakrebs
Psychiatrie-Erfahrene
Psychisch Kranke
(Betroffene / Angehörige)

R

Reizdarm
Restless Legs (RLS)
Rheuma
Rollstuhlfahrer/ Rollbande

S

Sarkoidose
Scheidung
Schlaganfall (mit Angehörigen)
Schmerzen, chronische
Schuppenflechte
Schwerhörige
Seelische Erkrankungen
Sehbehinderung
Senioren
Sklerodermie
Spielsucht (Betroffenen / Angehörige)

Sterbebegleitung
Stomaträger
Sucht (Betroffene / Angehörige)
Suizid

T

Totgeburt
Transgender / Transsexualität
Trauer
Trennung/Scheidung (Frauen)
Tremor

U

Übergewichtige
Unruhiges-Bein-Syndrom

V

Verhaltensauffällige Kinder
Verwaiste Eltern
Verwitwet

W

Wahrnehmungsstörungen
Wechseljahre

Z

Zöliakie