

 **Tätigkeitsbericht 2010**
Kontakt- und InformationsStelle für
Selbsthilfegruppen – K.I.S.S.

Impressum**Herausgeber**

Kreis Unna - Der Landrat
Friedrich-Ebert-Straße 17
59425 Unna
E-Mail: www.kreis-unna.de

Gesamtleitung

FB 53 | Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen
Anette Engelhardt, Lisa Nießalla

Druck

Hausdruckerei Kreis Unna
Mai 2011

1	Vorwort.....	3
2	K.I.S.S. in der Kreisverwaltung Unna.....	4
2.1	Arbeitsprinzipien und Inhalte.....	4
2.2	Ausstattung	5
2.3	Finanzierung	6
2.4	Tätigkeit der K.I.S.S. in 2010	6
2.4.1	Statistisches - Vermittlung, Unterstützung, Beratung.....	6
2.4.1.1	Anfragen gesamt.....	6
2.4.1.2	Anfragen nach Personengruppen	6
2.4.1.3	Anfragen nach Geschlecht.....	7
2.4.1.4	Vermittlung von interessierten Bürgerinnen und Bürgern an Selbsthilfegruppen und Fachleute.....	7
2.4.1.5	Wie erfahren Bürgerinnen und Bürger von der K.I.S.S.?	7
2.4.1.6	Mit welchen Anliegen suchen Bürgerinnen und Bürger sowie Mitglieder von Selbsthilfegruppen die K.I.S.S. auf?	8
2.4.1.7	Um welche Themen geht es in der Beratung von Selbsthilfegruppen?	8
2.4.2	Weitere Angebote und Leistungen für Selbsthilfegruppen	9
2.4.2.1	Begleitung in der Gruppengründungsphase	9
2.4.2.2	Gesamttreffen.....	10
2.4.2.3	Sprecherrat der Selbsthilfegruppen	10
2.4.2.4	Landratsempfang	11
2.4.2.5	Fortbildungen	11
2.4.2.6	Selbsthilfemagazin	11
2.4.2.7	Finanzielle Förderung der Selbsthilfegruppen	12
2.4.3	Netzwerkarbeit, Kooperation und Öffentlichkeitsarbeit	13
2.4.3.1	Zusammenarbeit mit Professionellen, Beratungsstellen und anderen Institutionen	13
2.4.3.2	Teilnahme an Veranstaltungen	18
2.4.3.3	LAK Selbsthilfekontaktstellen NRW	18
2.4.3.4	Kooperation Erziehungsberatungsstellen im Kreis Unna.....	18
2.4.3.5	Projekt „Selbsthilfe in Gang setzen“	18
2.4.3.6	Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“	19
2.4.4	Gremienarbeit und Fortbildungen der Mitarbeiterinnen.....	19
3	Selbsthilfegruppen im Kreis Unna	20
3.1	Was versteht man unter einer Selbsthilfegruppe?	20
3.2	Statistisches	21
3.2.1	Organisationsgrad	21
3.2.2	Themenbereiche	21
3.2.2.1	Themenbereiche, zu denen 2010 im Kreisgebiet neue Gruppen entstanden oder aufgenommen wurden	22
3.2.2.2	Themenbereiche, zu denen sich 2010 Gruppen aufgelöst haben	22

3.2.3	Anzahl der Selbsthilfegruppen in den einzelnen Kommunen des Kreises Unna	23
3.2.4	Entwicklung der Gruppennzahlen.....	23
5	Übersicht der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna (Stand 12/2010)	24

1 Vorwort

Verehrte Leser,

der vorliegende Jahresbericht informiert Sie über die Arbeit der Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.) sowie über die Entwicklung der Selbsthilfe im Kreis Unna im Jahr 2010.

Besonders freuen wir uns, in diesem Jahr mit 22 Gruppen einen regelrechten Boom von Gründungen verzeichnen zu können. Waren es in den vergangenen Jahren Steigerungen der Gesamtanzahl der Gruppen von um die 1%, konnte im Jahr 2010 eine Steigerung der Gruppenanzahl im Vergleich zum Vorjahr von 5% konstatiert werden.

In Kooperation mit dem Evangelischen Krankenhaus Unna baute die K.I.S.S. das Ende 2008 gestartete Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ in diesem Jahr weiter aus.

Die K.I.S.S. koordiniert und moderiert in diesem Projekt den Qualitätszirkel, an dem sieben Selbsthilfegruppen aus Unna und die Selbsthilfebeauftragte des Krankenhauses regelmäßig teilnehmen.

Neben neun weiteren Kontaktstellen aus Nordrhein-Westfalen und Niedersachsen nimmt die K.I.S.S. an dem Projekt „Selbsthilfe in Gang setzen“ teil. Aus dem gesamten Kreisgebiet haben sich acht Mitglieder bestehender Selbsthilfegruppen zu „In-Gang-Setzern“ ausbilden lassen, die im Jahr 2010 zum Einsatz kamen. Die K.I.S.S. begleitet und moderiert den regelmäßigen Erfahrungsaustausch der In-Gang-Setzer.

Beide o.g. Projekte werden finanziert vom BKK Bundesverband und BKK Landesverband NRW. Projektträger ist jeweils der Paritätische Wohlfahrtsverband NRW.

Titel der diesjährigen 16. und 17. Ausgabe des Magazins „SELBST und VERSTÄNDLICH“ - das Selbsthilfemagazin für den Kreis Unna waren die Themen „Quo vadis Selbsthilfe? Wo geht es mit der Selbsthilfe hin?“ sowie „Krebs“. Das Magazin wurde wie jedes Jahr in einer Auflage von je 7.000 Exemplaren herausgegeben.

Die K.I.S.S. des Kreises Unna dankt allen Personen und Einrichtungen, die die Idee der Selbsthilfe im Kreis Unna unterstützen. Insbesondere seien hier die Kreisverwaltung Unna, die Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassenverbände in Nordrhein-Westfalen sowie das Land Nordrhein-Westfalen genannt.

Unser Dank gilt allem Mitgliedern der Selbsthilfegruppen für die gute Zusammenarbeit im Jahr 2010.

Anette Engelhardt

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen – K.I.S.S.

2 K.I.S.S. in der Kreisverwaltung Unna

2.1 Arbeitsprinzipien und Inhalte

Das Gesetz über den öffentlichen Gesundheitsdienst des Landes Nordrhein-Westfalen (ÖGDG) benennt die Selbsthilfeförderung als Aufgabe des öffentlichen Gesundheitsdienstes. Danach nimmt die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.) des Kreises Unna die Aufgabe der Selbsthilfeförderung verbands- und institutionsübergreifend für die kreisangehörigen Kommunen wahr.

Die K.I.S.S. ist themenübergreifend tätig, allen Interessierten öffentlich zugänglich, arbeitet nicht gewinnorientiert, hat ein fachlich eigenständiges institutionelles Profil und verfügt über Personal mit pädagogischer und sozialarbeiterischer Qualifikation.

Vier wesentliche Aufgabenbereiche bestimmen die Tätigkeit der Mitarbeiterinnen der K.I.S.S.:

1. Vermittlung, Unterstützung, Beratung
2. Koordination und Organisation von Veranstaltungen und Gremien
3. Netzwerkarbeit und Kooperation
4. Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit zum Thema Selbsthilfe

Um die o.g. Aufgabenbereiche zu erfüllen, bedient sich die Kontaktstelle folgender Instrumentarien:

- Telefonische und persönliche Sprechzeiten
- Bereitstellung von Informationen/Darstellungen der Selbsthilfe vor Ort
- Pressearbeit im Hinblick auf Gruppengründungen
- Fortbildungsangebote für Selbsthilfegruppen
- Kartei aller örtlichen Selbsthilfegruppen
- Bereitstellung von Räumen bzw. Hilfe bei der Suche nach Gruppenräumen
- Bereitstellung von Informationsmaterialien, Technik und Medien
- praktische Unterstützung beim Erstellen von Infomaterial
- Druck und Versand der Infomaterialien
- praktische Hilfen bei der Nutzung von Fördermöglichkeiten
- Organisation von Gesamttreffen zur Präsentation und Kontaktfindung der Selbsthilfegruppen untereinander
- Teilnahme als Referentin oder DiskutantIn an Veranstaltungen
- Durchführung regelmäßiger Teambesprechungen
- aktive Teilnahme an kollegialer Vernetzung
- Dokumentation von Aktivitäten und Leistungen der Selbsthilfekontaktstelle, Erstellung von Sachberichten

2.2 Ausstattung

Personal

Im Fachbereich Gesundheit und Verbraucherschutz der Kreisverwaltung Unna waren in der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Jahr 2010 eine Diplom Pädagogin und zwei Diplom Sozialarbeiterinnen mit insgesamt 2,2 Stellen sowie Verwaltungskräfte mit insgesamt 1,2 Stellen in unbefristeten Arbeitsverhältnissen beschäftigt.

Räumlichkeiten zur Nutzung durch Selbsthilfegruppen

Für Selbsthilfegruppen ist die Nutzung der Räumlichkeiten in den Gesundheitshäusern Lünen und Unna sowie im Treffpunkt Gesundheit in Schwerte kostenlos.

In **Lünen** stehen für die Gruppen drei Räume, ausreichend für 45, 25 bzw. 10 Personen zur Verfügung, in **Unna** drei Räume für ca. 60, 20 bzw. 10 Personen sowie in **Schwerte** ein Raum für ca. 15 Personen.

Das Angebot, die Räumlichkeiten der Kreisverwaltung Unna zu nutzen, wird von den Selbsthilfegruppen gerne und rege in Anspruch genommen, was auch an den Raumnutzungszahlen deutlich wird:

Anzahl der Selbsthilfegruppen, die Räume der K.I.S.S. nutzen für

	Nord	Mitte	Süd
Gruppentreffen	28	33	12
Sprechstunden	6	5	2
Gesamtanzahl von SH-Gruppen, die Räume der K.I.S.S. nutzen	34	38	14

(Stand: 12.10)

Häufigkeit der Gruppentreffen/Sprechstunden in den Räumen der K.I.S.S.

	Nord	Mitte	Süd
Gruppen/Spr.st. wöchentliche Treffen	12	8	0
Gruppen/Spr.st. 2 x monatliche Treffen	5	10	4
Gruppen/Spr.st. 1 x monatliches Treffen	13	17	9
Gruppen/Spr.st. weniger als 1 x monatlich	4	3	1

(Stand: 12.10)

Medien

Für die Gruppentreffen können die Selbsthilfegruppen an den jeweiligen Standorten in Unna, Lünen und Schwerte folgende Technik/Medien kostenlos nutzen: Telefon, Kopierer, Flip-Chart, portable Pinnwand, CD/Kassetten-Rekorder, Video/DVD-Player/Fernsehgerät, Beamer, Tageslichtprojektor, PC mit Internetzugang, Gymnastikmaterial.

Darüber hinaus besteht für Selbsthilfegruppen die Möglichkeit, das Angebot des Medienzentrums des Kreises Unna kostenlos zu nutzen.

Die K.I.S.S. erstellt regelmäßig zur Neugründung oder zur Unterstützung der Mitgliederwerbung für Selbsthilfegruppen in Zusammenarbeit mit der Hausdruckerei Plakate und Handzettel. Diese werden kreisweit an Ärzte, Apotheken und andere Institutionen und Einrichtungen verschickt. Ebenso ist der Selbsthilfe-Wegweiser

sowie das regelmäßig erscheinende Selbsthilfemagazin eine Möglichkeit für die Selbsthilfegruppen ihre Anliegen und Themen der Öffentlichkeit dar zu stellen.

2.3 Finanzierung

Die Finanzierung der K.I.S.S. steht auf drei Säulen.

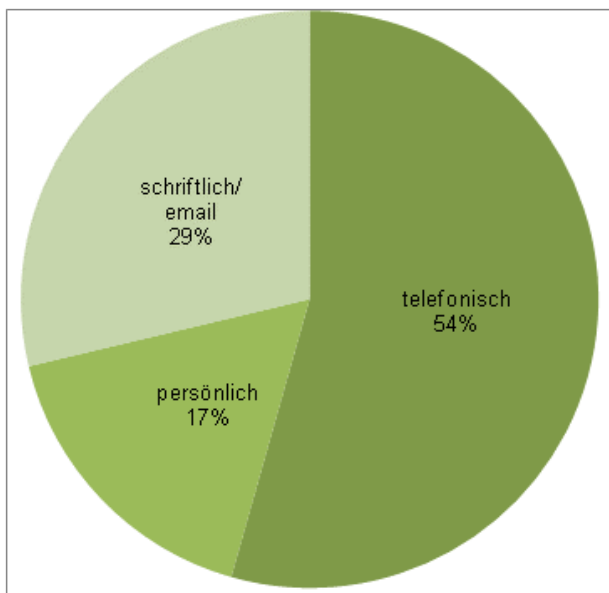
Den weitaus größten Teil der Finanzierung (mehr als 85% der insgesamt zur Verfügung stehenden Mittel) trägt der Kreis Unna selbst.

Die Förderung der K.I.S.S. durch die Landesverbände der Krankenkassen in NRW gemäß § 20c SGB V beträgt 12% und durch das Land NRW knapp 3%.

2.4 Tätigkeit der K.I.S.S. in 2010

2.4.1 Statistisches - Vermittlung, Unterstützung, Beratung

2.4.1.1 Anfragen gesamt

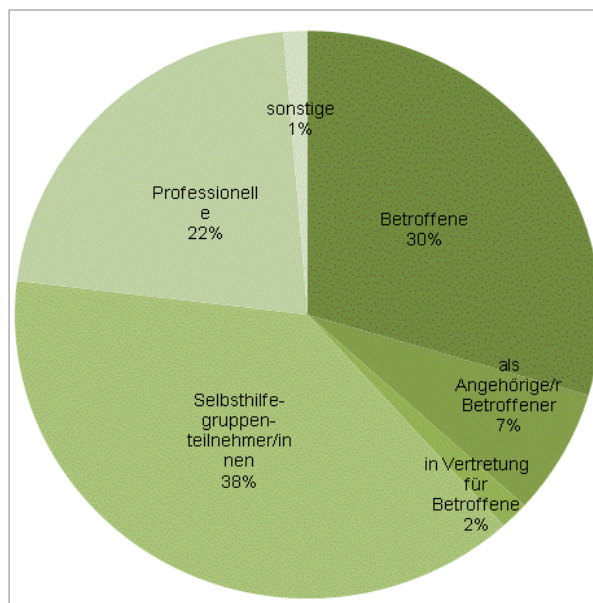


Die K.I.S.S. hatte im Jahr 2010 insgesamt 2948 Anfragen von interessierten Bürgerinnen und Bürgern, Mitgliedern von Selbsthilfegruppen und Fachleuten. Die Anfragen verteilen sich auf Telefonate, persönliche Gespräche und E-Mails.

n=2948

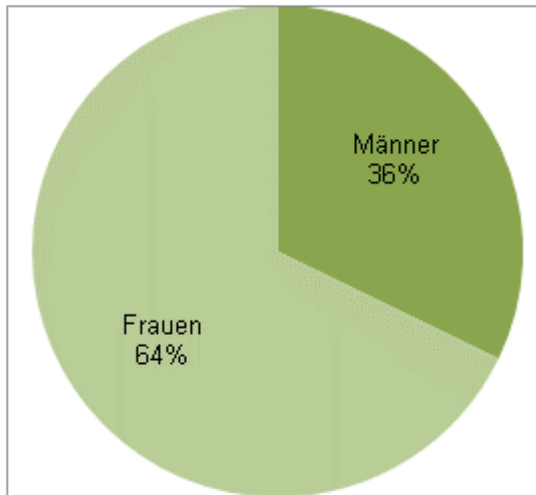
2.4.1.2 Anfragen nach Personengruppen

Der größte Anteil der Anfragen kam von Mitgliedern bestehender Selbsthilfegruppen gefolgt von Betroffenen, d.h. von den Menschen, die aufgrund einer Problemlage oder einer Erkrankung den Kontakt zu K.I.S.S. suchten. Den dritten großen Anfrageteil deckten die „Professionellen“ ab, also die Fachleute, mit denen die K.I.S.S. kooperiert, sich austauscht oder Öffentlichkeitsarbeit für die Selbsthilfe betreibt. Die drei genannten Gruppen machen 90% aller Anfragen aus.



n=2948

2.4.1.3 Anfragen nach Geschlecht



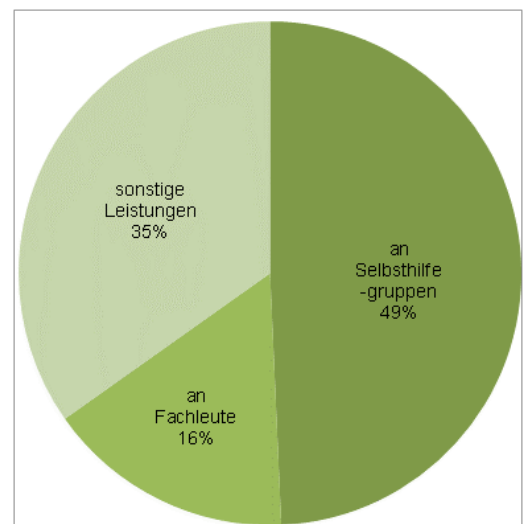
Die Selbsthilfe ist weiblich – rund 2/3 der Anfragen von Interessierten Bürgerinnen und Bürgern erfolgt durch Frauen.

Anfragen von professionellen Fachleuten sowie Mitgliedern von Selbsthilfegruppen werden nicht nach Geschlecht erfasst.

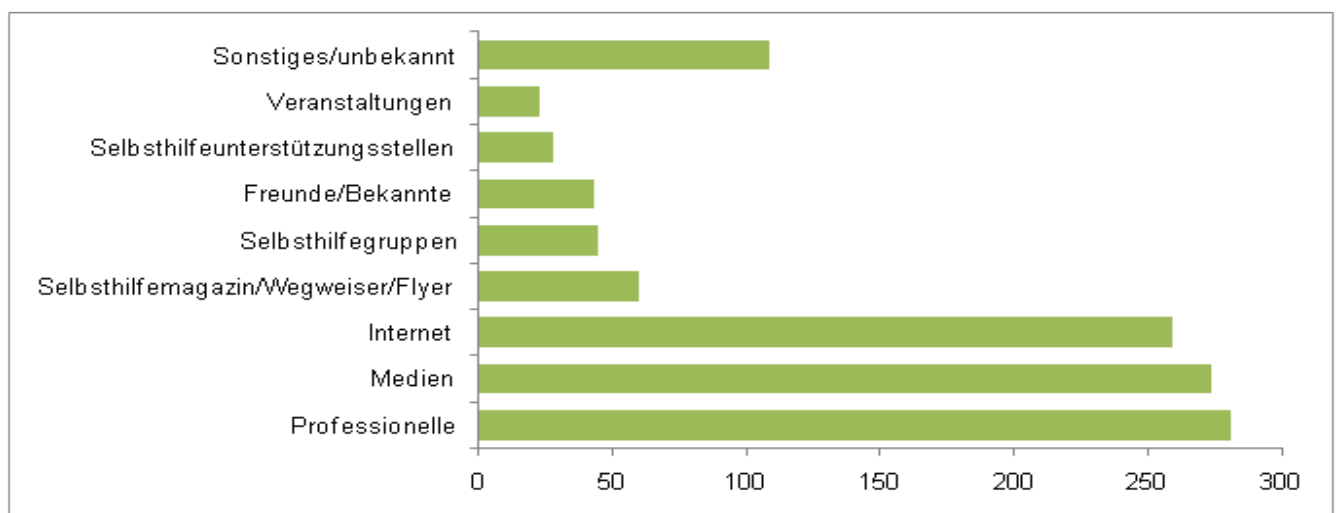
2.4.1.4 Vermittlung von interessierten Bürgerinnen und Bürgern an Selbsthilfegruppen und Fachleute

Je nach Bedarf finden bei den verschiedenen Anfragen von Bürgerinnen und Bürgern ausführliche Beratungsgespräche statt, um zu klären, ob eventuell professionelle Unterstützung benötigt wird. Ebenso wird auch auf andere Angebote im Gesundheits- und Sozialbereich hingewiesen, wenn sich im Verlauf des Gesprächs herausstellt, dass diese eher dem Bedarf des Interessenten entsprechen. Somit nimmt die K.I.S.S. auch eine wichtige Wegweiserfunktion im Bereich gesundheitlicher und sozialer Hilfen ein.

n=1339



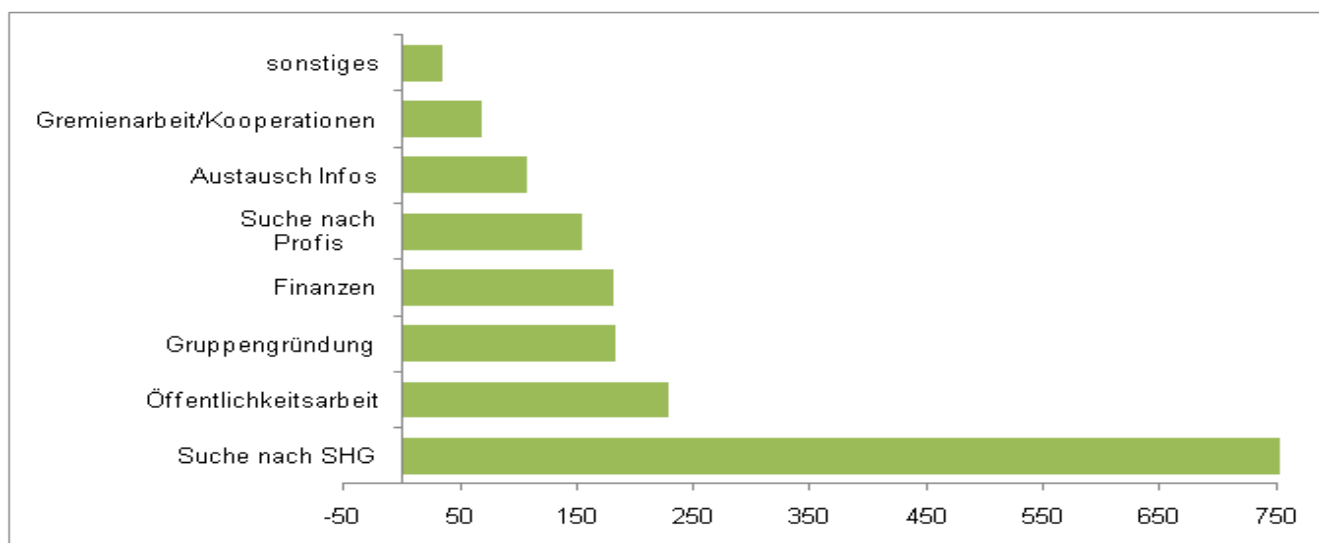
2.4.1.5 Wie erfahren Bürgerinnen und Bürger von der K.I.S.S.?



n=1122

Interessierte Bürgerinnen und Bürger finden auf verschiedenen Wegen zur K.I.S.S. Sie bewegen sich in einem sozialen Umfeld, besuchen Selbsthilfetage, Gesundheitsmessen, schauen Fernsehen, lesen Zeitung, surfen im Internet, haben Kontakt mit Ärzten, Therapeuten, Mitarbeitern von Krankenkassen und vielen anderen. Über diese Wege erfahren die Menschen von der Selbsthilfekontaktstelle. Bei der Aufzählung der Zugangswege sind telefonische, persönliche und E-Mail-Anfragen berücksichtigt. Es wurde hierbei nicht gezielt nachgefragt, sondern aus den Aussagen der Klienten rückgeschlossen. Daher auch die relativ hohe Anzahl der Rubrik „unbekannt“. Anfragen von professionellen Fachleuten sowie Mitgliedern von bereits bekannten Selbsthilfegruppen sind hier nicht berücksichtigt.

2.4.1.6 Mit welchen Anliegen suchen Bürgerinnen und Bürger sowie Mitglieder von Selbsthilfegruppen die K.I.S.S. auf?

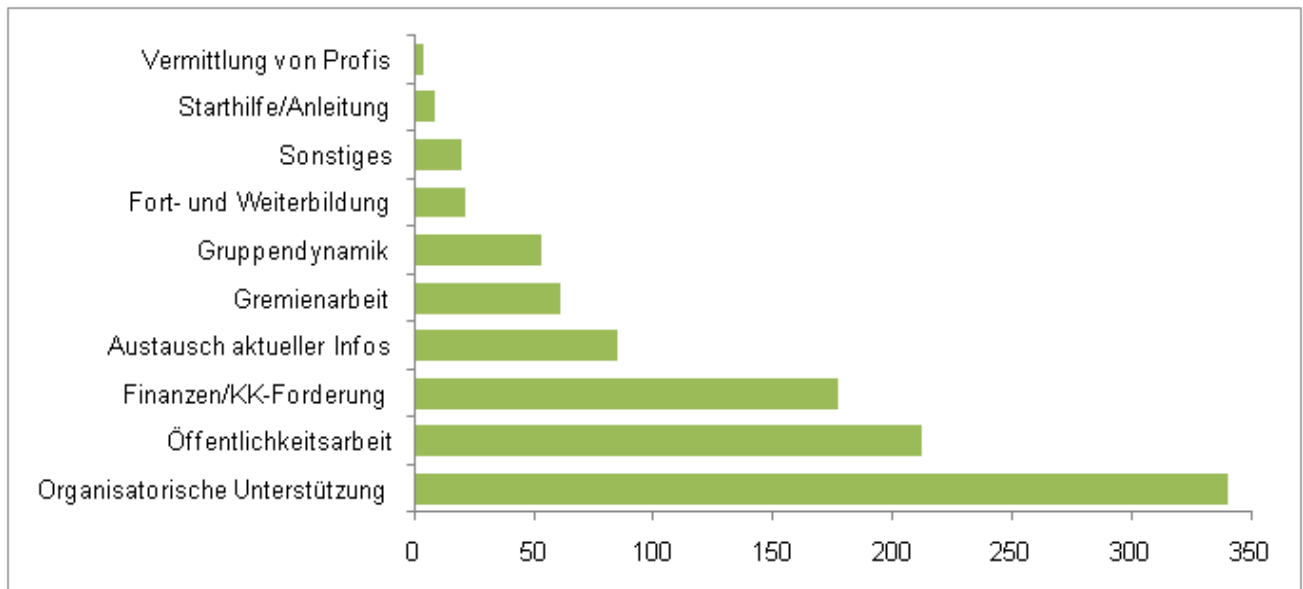


n=1721

Die Suche nach Selbsthilfegruppen ist bei den Bürgerinnen und Bürgern sowie Mitgliedern von Selbsthilfegruppen das weitaus häufigste Anliegen, mit dem sie zur K.I.S.S. kommen. Darüber hinaus nimmt die Suche nach Hilfestellung und Beratung durch professionelle Fachleute einen großen Raum ein.

2.4.1.7 Um welche Themen geht es in der Beratung von Selbsthilfegruppen?

Die Anliegen der Selbsthilfegruppen bezogen sich 2010 zusätzlich zu den organisatorischen Unterstützungsleistungen wie z.B. die Erstellung, dem Druck und der Verschickung von Flyern, der Publikation von Pressemitteilungen sowie der Klärung von inhaltlichen Fragen vor allen auf die Finanzierung der Gruppenarbeit durch die Krankenkassen sowie durch den Kreis Unna. Die Anfragen im Bereich Starthilfe/Anleitung werden hauptsächlich bei der Beratung der interessierten Bürgerinnen und Bürger erfasst, da sie vor der eigentlichen Gruppengründung erfolgen.



n=982

2.4.2 Weitere Angebote und Leistungen für Selbsthilfegruppen

2.4.2.1 Begleitung in der Gruppengründungsphase

Einer gut funktionierenden, stabilen Selbsthilfegruppe geht eine arbeitsreiche, anstrengende Gruppengründungsphase voraus, die hauptsächlich von der Gruppe selbst geleistet wird, in der Anfangszeit jedoch maßgeblich von der K.I.S.S. unterstützt wird.

In der Regel nimmt der Interessent telefonisch Kontakt mit der K.I.S.S. auf, um sich nach einer bestehenden Gruppe zu erkundigen. Sofern diese nicht vorhanden ist, erfolgt seitens der Mitarbeiterin die Nachfrage nach grundsätzlichem Interesse, eine solche Gruppe in Zusammenarbeit mit der K.I.S.S. vor Ort aufzubauen, verbunden mit der Erläuterung der Grundzüge einer Gruppengründung und der Vereinbarung eines Termines für ein persönliches Gespräch.

In diesem ausführlichen, persönlichen Beratungsgespräch (Erstgespräch) werden die Aufgaben der K.I.S.S., deren inhaltliche und infrastrukturellen Unterstützungsmöglichkeiten erläutert sowie die Arbeit einer Selbsthilfegruppe dargestellt.

Der Interessent (Initiator der Gruppe) hat Gelegenheit sein Anliegen ausführlich darzustellen und eigene Ziele für die Selbsthilfegruppe zu formulieren.

Hieraus ergibt sich eine Pressemitteilung, die in Absprache mit dem Interessenten von der Mitarbeiterin erstellt und an die Kreispressestelle mit der Bitte um Veröffentlichung weitergereicht wird.

Mit interessierten Betroffenen, die sich daraufhin bei der Mitarbeiterin melden, werden Clearing-Gespräche geführt um dann ihre Adressen in eine Kartei aufzunehmen. Wiederum in Absprache mit dem Initiator erfolgt die Vereinbarung eines Gruppengründungstreffens - meist in den eigenen Räumlichkeiten der K.I.S.S. – wozu die Mitarbeiterin schriftlich einlädt sowie auch die Moderation und Organisation übernimmt.

Das weitere Vorgehen hängt vom Gründungstreffen ab: Manche Gruppen stehen von Anfang an auf eigenen Beinen, andere benötigen eine Begleitung über mehrere – bis zu 6 – Treffen durch die Mitarbeiterin. Wieder Andere probieren sich aus und bitten die Mitarbeiterin nach einem viertel oder halben Jahr nochmal dazu. auch das Projekt „In-Gang-Setzer“ bietet die Möglichkeit eine Gruppe „In-Gang-zu-setzen“, jedoch gehen hier auch ausführliche Gespräche mit dem Initiator der Gruppe, der Gruppe selbst sowie dem In-Gang-setzer voraus und nach.

2.4.2.2 Gesamttreffen

Gesamttreffen dienen dem Austausch der Erfahrungen von Selbsthilfegruppen untereinander, der Pflege des Kontaktes der K.I.S.S. mit den Selbsthilfegruppen und umgekehrt. Diese Treffen können zu einem Thema oder als offene Gesprächsrunde stattfinden. Im Jahr 2010 organisierten die Mitarbeiterinnen der K.I.S.S. an den Standorten Lünen, Schwerte und Unna elf Gesamttreffen, darüber hinaus wurden auf einem zusätzlichen kreisweiten Gesamttreffen im Februar die Wahlen des Sprecherrates durchgeführt.

2.4.2.3 Sprecherrat der Selbsthilfegruppen

Der Sprecherrat der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna setzt sich aus den zwei gewählten Sprechern der organisierten und nicht organisierten Selbsthilfegruppen sowie deren Vertretungen zusammen. Darüber hinaus sind Lisa Nießalla als Mitarbeiterin der K.I.S.S. und Gabi Olbrich-Steiner (Behindertenbeauftragte des Kreises Unna), Sachgebiet Koordination und Planung im Fachbereich Gesundheit und Verbraucherschutz, im Sprecherrat vertreten. Die Sprecher und ihre Stellvertretung werden von den Selbsthilfegruppen auf der Selbsthilfekonzferenz oder einem kreisweiten Gesamttreffen für zwei Jahre gewählt.

Im Jahr 2010 standen die Sprecher der nicht-organisierten Selbsthilfegruppen zur Wahl. Burckhard Elsner wurde als Sprecher der nicht organisierten SHG in seinem Amt bestätigt, Klaus Thielker wurde als sein Vertreter Nachfolger von Ulrike Hinz, die nicht mehr zur Verfügung stand. Nachfolgend genannte Selbsthilfegruppenmitglieder sind im Sprecherrat vertreten:

- Rudi Knecht (Gemeinsam leben - gemeinsam lernen, Schwerte), Sprecher der organisierten SHG
- Karl-F. Diehle (Kneipp-Verein Unna e.V.), Vertreter des Sprechers der organisierten SHG
- Burckhard Elsner (Frührentner nach Krankheit, Lünen), Sprecher der nicht organisierten SHG
- Klaus Thielker, (Schlaganfall Selbsthilfegemeinschaft Lünen), Vertreter des Sprechers der nicht organisierten SHG

Die Sprecher vertraten die Selbsthilfe im Kreis Unna bei der Kreisgesundheitskonferenz, bei den Mitgliederversammlungen sowie der Symposien des Gesunde-Städte-Netzwerkes Deutschland und im Rahmen der Vergabesitzungen der Krankenkassenförderung.

Der Sprecherrat ist im Jahr 2010 sechsmal zusammen gekommen.

Themen der Sprecherratssitzungen waren u.a.:

- Berichte über das Gesunde-Städte-Netzwerk
- Planung Selbsthilfekonzferenz
- Empfang der Selbsthilfegruppen durch den Landrat
- Überarbeitung des Flyers des Sprecherrates
- Konsolidierungsstrategie Kreis Unna
- Informationsaustausch zu den Themen:
 - In-Gang-Setzer-Projekt
 - Selbsthilfefreundliches Krankenhaus
- Planung 2011

2.4.2.4 Landratsempfang

Bereits zum sechsten Mal begrüßte der Landrat des Kreises Unna Michael Makiolla Vertreter der Selbsthilfegruppen diesmal im Kolpinghaus in Werne. Mit diesem Empfang würdigt der Landrat regelmäßig das große ehrenamtliche Engagement der Menschen, die Selbsthilfe anregen, gründen und mit Leben füllen und macht den hohen Stellenwert deutlich, den die Selbsthilfe im Kreis Unna hat. Unter dem Motto „Tue Gutes und rede darüber“ berichteten die Sprecher der Selbsthilfegruppen Burckhard Elsner und Rudi Knecht über die Arbeit der Selbsthilfegruppen und des Sprecherrates.

Das Rahmenprogramm bestritt die Tanzgruppe „All inclusive“ der Initiative Down Syndrom Kreis Unna e.V.. Sie führte Tänze und Sketche auf.

2.4.2.5 Fortbildungen

Nun schon im zehnten Jahr bietet die K.I.S.S. ein kostenloses Fortbildungsangebot für Mitglieder von Selbsthilfegruppen im Kreis Unna zu den Themen Kommunikation, Persönlichkeitsbildung, Öffentlichkeitsarbeit, u.a. an.

Das Fortbildungsprogramm sah im Jahr 2010 folgende Seminare vor:

- „Spieglein, Spieglein an der Wand...“ – ...mit ‚Rollen‘ spielen..., Lünen
- Kreativ von Kopf bis Fuß – Selbsthilfe in der Gruppe!, Lünen
- Das Unterbewusstsein als Erfolgsfaktor - Aktivierung der Selbstheilungskräfte durch positives Denken, Schwerte
- Jeux Dramatiques
Pantomimisches Ausdrucksspiel zur Selbsterfahrung – Aktivierung der Selbstheilungskräfte durch Kreativität, Farben und Bewegung, Unna

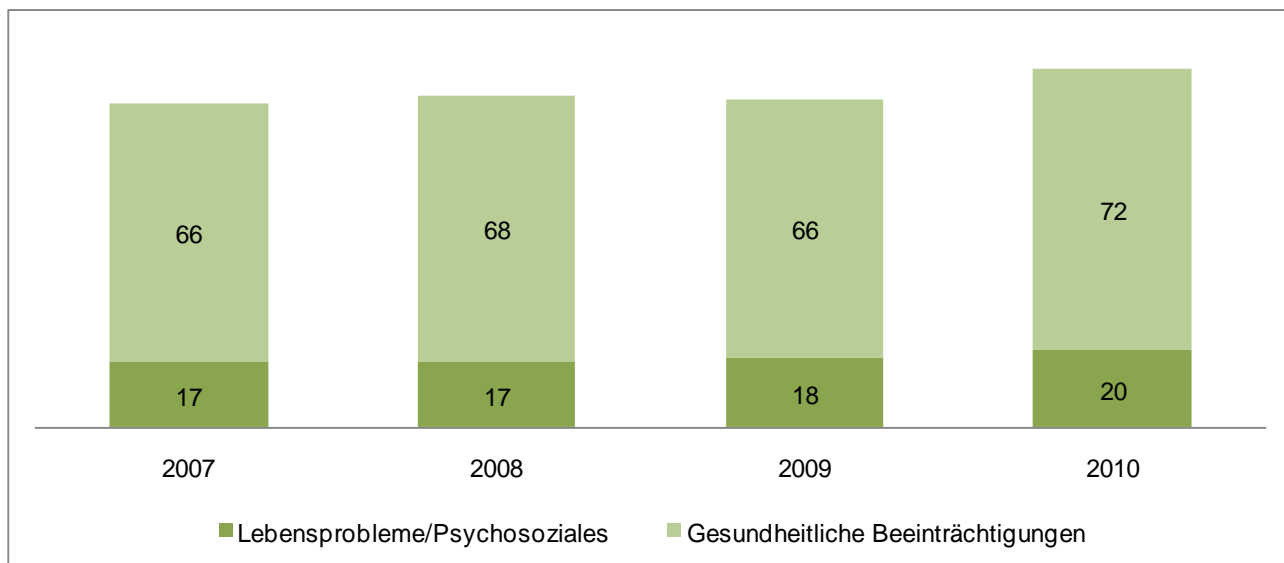
Alle Seminare fanden mit der maximalen Teilnehmerzahl statt, was das hohe Interesse an spezifischen Fortbildungen für Selbsthilfegruppen deutlich macht. In den Rückmeldungen der Teilnehmenden wurden die Seminare durchweg positiv beurteilt.

2.4.2.6 Selbsthilfemagazin

In 2010 wurden im Juni und im Dezember je eine Ausgabe der Zeitschrift „Selbst und Verständlich“ für Selbsthilfegruppen und interessierte Bürgerinnen und Bürger sowie Fachleute mit einer Auflage von jeweils 7000 Exemplaren herausgegeben. Schwerpunktthemen waren „Quo vadis Selbsthilfe? Wo geht es mit der Selbsthilfe hin?“ sowie „Krebs“.

In dem Magazin wird über Aktuelles aus der Selbsthilfelandchaft im Kreis Unna berichtet, Selbsthilfegruppen stellen sich vor, neue Mitglieder werden beworben und es wird ein Schwerpunktthema aus verschiedenen Perspektiven dargestellt. Die Redaktion hatte Andrea Kleff, die in Zusammenarbeit mit einem Redaktionsteam, bestehend aus Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus Selbsthilfegruppen im Kreis Unna und der K.I.S.S. die beiden Ausgaben erstellte.

2.4.2.7 Finanzielle Förderung der Selbsthilfegruppen Förderung durch den Kreis Unna



Die Grundlage der finanziellen Förderung der Selbsthilfegruppen findet sich in den „Richtlinien zur Unterstützung der Selbsthilfe im Kreis Unna durch Förderung der Selbsthilfegruppen und -organisatoren“, die im Jahr 2005 neu beschlossen worden sind. Dazu stellt der Kreis Unna jährlich finanzielle Mittel zur Verfügung. Über die Höhe der zur Verfügung stehenden Mittel wird jährlich im Rahmen der Haushaltsberatungen entschieden. Sie betrug wie in den Vorjahren 17.900,- Euro.

Im Jahr 2010 haben 93 Selbsthilfegruppen einen Antrag gestellt wovon einer nicht fristgerecht einging. 20 Selbsthilfegruppen aus dem **psychosozialen Bereich** erhielten eine Zuwendung in Höhe von 319,64 Euro und 72 Selbsthilfegruppen aus dem **gesundheitlichen Bereich** eine Zuwendung in Höhe von 159,82 Euro. Der Bereich „Sucht“ ist hier nicht vertreten, da Suchtselbsthilfegruppen durch den Kreis Unna separat gefördert werden.

Förderung durch die Krankenkassen

Über den § 20c SGB V besteht für die gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen die Möglichkeit Anträge auf kassenartenübergreifende Förderung (Pauschalförderung) und kassenindividuelle Förderung (Projektförderung) zu stellen. Im Kreis Unna treffen sich – koordiniert von der K.I.S.S. – jährlich Vertreter der Krankenkassen um über die Vergabe dieser Fördermittel an die einzelnen Gruppen und über das Förderverfahren zu beraten. Durch das Gesetz zur Stärkung des Wettbewerbs in der GKV ist die Gesundheitsreform 2007 auf den Weg gebracht und der § 20c SGB V „Förderung der Selbsthilfe“ neu gestaltet worden.

Hierdurch hat sich das Antragsverfahren für die Selbsthilfegruppen und die Rolle der K.I.S.S. in diesem Verfahren geändert:

- Die K.I.S.S. ist nun antragnehmende Stelle für die Anträge der Selbsthilfegruppen auf kassenübergreifende und kassenindividuelle Förderung,
- sie berät und unterstützt die Selbsthilfegruppen bei der Antragstellung,
- sie lädt zu den Abstimmungstreffen der für den Kreis Unna zuständigen Vertreter der gesetzlichen Krankenkassen und den Beirat ein,
- sie nimmt beratend an den Sitzungen teil.

Die Abstimmungstreffen fanden am 21. April und am 06. Oktober statt.

2.4.3 Netzwerkarbeit, Kooperation und Öffentlichkeitsarbeit

Die K.I.S.S. ist vernetzt und kooperiert mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus Verwaltungen und Beratungsstellen, mit Ärzten, Apotheken, Krankenkassen, Krankenhäusern und anderen Institutionen und Einrichtungen mit professionellen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Sie klärt diese Einrichtungen über die Arbeit von Selbsthilfegruppen und der K.I.S.S. auf, informiert und unterstützt bei Kooperationen mit Selbsthilfegruppen.

2.4.3.1 Zusammenarbeit mit Professionellen, Beratungsstellen und anderen Institutionen

Verwaltungen

Stadt Schwerte

- Herausgabe Seniorenwegweiser

Stadt Lünen

- Kooperationsgespräch mit dem Familienbüro
- Kooperationsgespräch Koordinierungsstelle Altenarbeit
- Behindertenbeirat Stadt Lünen

Stadt Unna

- Kooperationsgespräche Behindertenbeirat Stadt Unna
- Seniorentreff „Simsalabim“ Hilfen für Senioren
- Werkstatt Unna
- City Gesundheitsmesse

Kreis Unna

- Betreuungsstelle, Fallbesprechung
- Ambulante Eingliederungshilfe für Behinderte
- Fürsorgestelle für Schwerbehindertenangelegenheiten
- Zentrum für Patientenberatung
- Pflegestützpunkt Kamen
- Kooperation Koordinierungsstelle Seniorenarbeit/Sozialplanstelle für Kreissenientag in Unna

Beratungsstellen

- Erziehungsberatungsstellen im Kreis Unna, Kooperationsgespräch
- Krebsberatungsstelle katholische Sozialdienste Hamm-Werne, Kooperationsgespräche
- Frauenberatungsstelle für den Kreis Unna, Kooperationsgespräch Netzwerk Essstörungen
- Suchtberatungsstelle der Diakonie Schwerte, Fallgespräch
- Suchtberatungsstelle DRK und Kreis Unna, Lünen
- Anonyme Drogenberatung, Kreis Unna
- Arbeitskreis gegen Spielsucht, Unna

- Schwangerschaftskonfliktberatung für den Kreis Unna, Kooperation
- Sozialpsychiatrischer Dienst Schwerte, Veranstaltungsorganisation, Fachgespräche

Krankenkassen

- Selbsthilfe-Förderung nach § 20c SGB V
- AOK Unna Bündnis „Gemeinsam gegen Krebs“ in Unna

Medizinische Fachkräfte (Einzelpersonen)

- Heilpraktiker, Austausch über Vortragsangebote, Weiterleitung von Informationen an SHG
- Krankenschwester, Anfrage für eine Hausarbeit zum Thema „Infektion durch Krankenhausaufenthalt“
- Physiotherapeutin zur Gruppengründung Kiss Syndrom
- Ärzte (Neurologe, Praktische Hausärzte, Internist, Erkrankungsbild „Restless Legs“, Psychoonkologin Dortmund))

Ambulante Einrichtungen

- Kontaktstelle für psychisch Kranke, Austausch über Unterstützung von Angehörigen – SHG, Teilnahme an 20-Jahres-Feier der Kontaktstelle Wigge
- Tagesklinik Schwerte, Kooperationsgespräche, Veranstaltungsplanung
- Logopädiepraxis Vortrag zum Thema Legasthenie/Dyskalkulie und Schlaganfallpatienten
- Club Handycap (Betreuung psychisch Kranker in Unna)

Stationäre Einrichtungen

- St. Marien Hospital Lünen, Gespräch mit Tumorzentrum/Zertifizierung – Kooperationsvertrag mit SHG
- St. Christophorus Krankenhaus Werne, Adipositas SHG
- Evangelisches Krankenhaus Unna
- Qualitätszirkel „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“
- Kooperation, Tag der offenen Tür
- Hepatitisveranstaltung
- Schlaganfallveranstaltung
- Diabetestag
- Kooperation mit Epilepsiezentrum
- Katharinen-Hospital Unna
- City Gesundheitsmesse in Unna
- Kooperation Bündnis gemeinsam gegen Krebs / Brustkrebszentrum
- Kooperation Schmerzzentrum

- Helmig Krankenhaus Kamen
- Kooperation mit Selbsthilfegruppe Leere Wiege
- Gruppe für Angehörige psychisch Kranker
- Adipositas SHG (Adipositaszentrum)
- Marienkrankenhaus Schwerte, Kooperation
- Ev. Krankenhaus Schwerte, Schlaflabor
- Rehaklink
- Sucht/Esstörungen
- Depressionen/Ängste

Selbsthilfe-Kontaktstellen/Selbsthilfe-Büros

- NAKOS Fortbildung-Fachtagung, KOSKON, DAG SHG e.V., verschiedene Selbsthilfe-Kontaktstellen
- Landesarbeitskreis Selbsthilfekontaktstellen

(Aus-) und Weiterbildungsträger

- Claudia Lindemann, Heilpraktikerin, Durchführung einer Fortbildung für Selbsthilfegruppen
- Comm-Coach, Fortbildungsplanung für Selbsthilfegruppen
- Dr. Gisela Steenbuck, Dipl.-Pädagogin, Planung Fortbildung für SHG
- Petra Heinke, Heilpraktikerin, Planung Fortbildung für SHG
- Melanie Schulze, Dipl.-Sozialarbeiterin/-pädagogin, Planung Fortbildung für SHG
- Krankenpflegeschule, Unterrichtseinheit über Selbsthilfegruppen für zwei Schulklassen.
- Nicole Bremer, Dipl.-Pädagogin, Durchführung einer Fortbildung für SHG
- Rita Januschewski, Dipl.-Sozialpädagogin, Durchführung einer Fortbildung für SHG
- Universität Bielefeld, Studie demographischer Wandel in Selbsthilfegruppen
- Volkshochschule, gemeinsame Info-Veranstaltungen (Borderline, Endogene Atmung)

Wohlfahrtsverbände

- Arbeiterwohlfahrt Schwerte, Zusammenarbeit mit Ortsverein
- Paritätischer Wohlfahrtsverband, regelmäßige Workshops mit dem zum Projekt Selbsthilfefreundliches Krankenhaus Unna, In-Gang-Setzer-Fortbildungen
- Diakonie, Zusammenarbeit mit verschiedenen Beratungsstellen der Diakonie

Presse/Medien

Pressemitteilungen bei Gruppengründungen:

- 60plus- Abenteuer in ein neues Leben
- Asperger-Syndrom
- Bipolare Störung
- Bulimie
- Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD)
- Das nicht behinderte Geschwisterkind
- Depressionen / Ängste
- Elterntreff von behinderten Kindern – Gemeinsam stark
- Epilepsie
- Gesunde Ernährung
- Kiss-Syndrom
- Lichtblick
- Patchworkfamilien
- Stalking
- Schwulentreff „Mann o Mann“
- Sex. Missbrauch
- Tauschring
- Verlassene Eltern

Pressemitteilungen für bestehende Gruppen:

- AD(H)S Lünen
- Akustikus Neurinom
- Alzheimer Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige und Demenzerkrankter
- Angst und Panik, Selm
- Anonyme Alkoholiker Schwerte-Westhofen
- Chronische Schmerzen
- Cross dresser, Lünen
- Elterngruppe AD(H)S
- Frauengymnastik nach Krebs
- Hepatitis
- Hilfe nach Psychotherapie bei Depressionen, Lünen
- IDS Elterngruppe Downsyndrom
- Junge MS Sprechstundenangebot
- Morbus Crohn/colitis ulcerosa
- Morbus crohn/colitis ulcerosa, Lünen
- Mütterzentrum Familienbande
- Multiple Sklerose
- Parkinson, Unna
- Parkinson, Lünen
- Psychose
- Restless Legs
- Rheuma-Liga, Schwerte
- Single- und Freizeitgruppe, Lünen
- Zwänge, Lünen
- Singletreff
- Stoma-Patienten, Lünen
- Teenie Krabbelkiste
- Therapiegruppe Malen, Lünen

Pressemitteilungen sonstige Anlässe:

- Herausgabe des Selbsthilfemagazins SELBST und VERSTÄNDLICH
- Wahlen der neuen Sprecher der Selbsthilfegruppen
- Gem. Präsentation mit dem Familienbüro Lünen

- Projekt Selbsthilfefreundliches Krankenhaus
- Landratsempfang

Pressegespräche:

- Selbsthilfefreundliches Krankenhaus
- Beratungsangebot der K.I.S.S. mit dem Hellweger Anzeiger
- Hellweger Anzeiger, Messie Syndrom

Druck und Verteilung von Handzetteln:

- | | |
|--|--|
| ■ Aktive Hilfe Königsborn e.V. | ■ Parkinson |
| ■ Alleinerziehende | ■ Parkinson Lünen |
| ■ Alzheimer Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige | ■ Patchworkfamilien |
| ■ Bipolar | ■ Psychatrieefahrene |
| ■ Brustoperierte Frauen | ■ Psychose |
| ■ Chronische Schmerzen | ■ Rheuma Liga |
| ■ Depressionen, Ängste, Suizidgefahr | ■ Schlaganfall Selbsthilfegemeinschaft Lünen |
| ■ Endogene Atmung | ■ Sozialverband VdK |
| ■ Frauenselbsthilfe nach Krebs | ■ Stalking |
| ■ Herausgabe des Fortbildungsprogrammes für Selbsthilfegruppen | ■ Stoma |
| ■ Krebsbetroffene Frauen und Männer | ■ Tauschring |
| ■ Lichtblick | ■ Tauschring |
| ■ Morbus Crohn/Colitis ulcerosa | ■ Teenie Krabbelkiste |
| ■ MS junge Menschen | ■ Therapie Sportverein Lünen |
| ■ Mütterzentrum | ■ Selbsthilfemagazin |
| ■ Multikulturelle Sucht Selbsthilfegruppe | ■ K.I.S.S.-Flyer |

Sonstiges

- Kontakt mit Redaktion Selbsthilfemagazin
- Anfrage ZDF zum Thema Betäubungsmittel am Arbeitsplatz
- Selbstdarstellung im Seniorenwegweiser, Schwerte
- Anfrage einer Redakteurin des Unna-Kamen-Magazins, Stalking-Gruppengründung

Politik

- Ausschuss für Gesundheit und Verbraucherschutz
Zusammenarbeit im Rahmen der finanziellen Förderung von Selbsthilfegruppen im Kreis Unna
Vorstellung folgender Gruppen im Ausschuss:

- Akustikus Neurinom, Regionalgruppe Unna
- Initiative Down Syndrom Kreis Unna
- Trennung Scheidung, Schwerte
- COPD Selbsthilfegruppe Werne

2.4.3.2 Teilnahme an Veranstaltungen

Die K.I.S.S. präsentiert ihr Angebot regelmäßig in der Öffentlichkeit auf Veranstaltungen wie z.B. Gesundheitstagen im gesamten Kreisgebiet durch die Teilnahme mit ihrem Infostand.

Im Jahr 2010 waren Mitarbeiterinnen der K.I.S.S bei folgenden Terminen vertreten:

- City-Gesundheitsmesse am 12. Juni in der Innenstadt in Unna
- Bergkamener Gesundheitstag am 05. September
- Tag der Behinderten, 19. Juni 2010, Lünen
- Aktionstag Demenz, 13. November 2010, Lünen
- Aktionstage Gemeinsam gegen Krebs, 08. bis 13. November 2010, Unna
- Tag der Behinderten in Lünen am 03. Dezember 2010
- Gesundheitstag „Gesund – aber wie?“, 09. Mai 2010, Bergkamen
- Tag des Ehrenamtes, 05. Dez. 2010, Bergkamen

2.4.3.3 LAK Selbsthilfekontaktstellen NRW

Der "Landesarbeitskreis der Selbsthilfekontaktstellen in Nordrhein-Westfalen" (LAK Selbsthilfekontaktstellen NRW) besteht seit Herbst 1985.

Die Treffen finden viermal jährlich ganztägig statt. Bei der Durchführung seiner Aufgaben wird der LAK durch die „Koordination der Selbsthilfekontaktstellen in NRW der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.“ (KOSKON) in Nordrhein-Westfalen unterstützt, eine Koordinierungs- und Servicestelle für die Selbsthilfe-Unterstützung in Nordrhein-Westfalen.

Die K.I.S.S. des Kreises Unna nimmt regelmäßig an dem landesweiten Fachaustausch teil.

2.4.3.4 Kooperation Erziehungsberatungsstellen im Kreis Unna

Mit den Erziehungsberatungsstellen im Kreis Unna hat die K.I.S.S. im Jahr 2006 einen Kooperationsvertrag geschlossen. Zum Erfahrungsaustausch und zur Absprache konkreter Maßnahmen trafen sich die Leiter der Beratungsstellen aus Bergkamen/Kamen, Lünen, Schwerte, Unna und der Kreisverwaltung Unna (zuständig für Bönen, Holzwickede, Fröndenberg) mit den Mitarbeiterinnen der K.I.S.S. am 25.06.2010

2.4.3.5 Projekt „Selbsthilfe in Gang setzen“

Die Idee, Selbsthilfegruppen durch In-Gang-SetzerInnen aktiv zu unterstützen stammt aus Dänemark. Dort hat sich das Konzept der In-Gang-Setzung seit Jahren bewährt. Gemeint ist damit die Begleitung von neuen Selbsthilfegruppen in der Startphase durch ehrenamtliche Mitarbeiter/innen.

Der Paritätische Wohlfahrtsverband NRW hat mit finanzieller Unterstützung des BKK Bundesverbandes und des BKK Landesverbandes NRW ein Projekt zur Unterstützung neuer Selbsthilfegruppen entwickelt. In der im Herbst 2008 begonnen zweiten Projektphase ist die K.I.S.S. des Kreises Unna neben neun weiteren Kontaktstellen aus Nordrhein-Westfalen und Niedersachsen in das Projekt mit eingestiegen.

Das Projekt wird von einer Mitarbeiterin der K.I.S.S. federführend durchgeführt und bis Ende 2008 war es ihre Aufgabe, die Öffentlichkeitsarbeit und die Anwerbung der möglichen In-Gang-SetzerInnen vor Ort vorzubereiten. Im Jahr 2009 fanden zwei zwei-tägige Schulungen für In-Gang-Setzerinnen statt. Seitdem treffen sich die In-Gang-SetzerInnen regelmäßig alle zwei Monate zu einem begleiteten Erfahrungsaustausch im Gesundheitshaus Lünen.

2.4.3.6 Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“

Seit Ende 2008 beteiligt sich die K.I.S.S. in Kooperation mit dem Evangelischen Krankenhaus Unna an dem Projekt Selbsthilfefreundliches Krankenhaus.

Hierbei handelt es sich um ein Landesprojekt in Trägerschaft des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes NRW. Beteiligt sind insgesamt acht Krankenhäuser, und Selbsthilfekontaktstellen in Nordrhein-Westfalen. Das Projekt wird finanziert vom BKK-Bundesverband und BKK-Landesverband NRW.

Ein selbsthilfefreundliches Krankenhaus zeichnet sich dadurch aus, dass es sein ärztliches und pflegerisches Handeln durch das Erfahrungswissen der Selbsthilfe erweitert, den Kontakt zwischen Patienten und Selbsthilfegruppen fördert und kooperationsbereite Selbsthilfegruppen unterstützt.

Die Mitarbeiterin der K.I.S.S. koordiniert, moderiert und protokolliert in diesem Projekt den Qualitätszirkel.

Es nehmen sieben Selbsthilfegruppen aus Unna aktiv daran teil.

Es fanden in 2010 drei Qualitätszirkel statt, der Workshop SH-freundliches Krankenhaus als Fachtagung in Bochum kam zweimal zusammen. Im Rahmen des 3. Qualitätskriteriums „Unterstützung der Öffentlichkeitsarbeit von Selbsthilfeszusammenschlüssen“ haben sich die Selbsthilfegruppen, die im Qualitätszirkel eingebunden sind, am Tag der offenen Tür des Evangelischen Krankenhauses Unna am 28.08.2010 mit Infoständen präsentiert.

2.4.4 Gremienarbeit und Fortbildungen der Mitarbeiterinnen

Fortbildungs-Fachtagungen

Die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) veranstaltet jedes Jahr eine Fachtagung zur Fortbildung von Fachkräften der Selbsthilfeunterstützung. Bei der Tagung vom 31.05. bis 02.06.2010 in Hamburg ging es um das Thema „Auf die Menschen kommt es an: Akteure und Adressaten der Selbsthilfe und der Selbsthilfeunterstützung“.

Es nahm eine Kollegin teil.

Ausschuss für Gesundheit- und Verbraucherschutz

Der zuständige Ausschuss im Kreis Unna für den Bereich der Selbsthilfeförderung ist der Ausschuss für Gesundheit und Verbraucherschutz. In seiner Mai-Sitzung beriet der Ausschuss über die Anträge der Selbsthilfegruppen auf finanzielle Unterstützung gem. der Richtlinien zur Förderung der Selbsthilfe im Kreis Unna (siehe Pkt. 2.5). Regelmäßig stellen sich Selbsthilfegruppen im Ausschuss vor. Im Jahr 2010 waren das:

- Vereinigung Akustikus Neurinom e.V. – Regionalgruppe Unna
- COPD Selbsthilfegruppe Werne

- Initiative Down-Syndrom Kreis Unna e.V.
- „Trennung & Scheidung Schwerte“

Netzwerk Essstörungen

Die Herausgabe des Selbsthilfemagazins im Dezember 2008 hatte das Thema Essstörungen als Schwerpunkt. Bei der Recherche wurde deutlich, dass in den unterschiedlichsten Beratungszusammenhängen Angebote zum Thema Essstörungen vorgehalten werden. Es bestehen jedoch Unklarheiten über das Hilfesystem und seine Angebote - was oftmals zu Unsicherheiten bei der Vermittlung von Betroffenen führt.

Gemeinsam mit Mitarbeiterinnen der Suchtberatung Schwerte, der Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen, der Frauen- und Mädchenberatungsstelle Unna und der Koordinatorin für Gesundheitsplanung des Kreises wurde daher am 09.09.09 das Netzwerk Essstörungen im Kreis Unna gegründet. Ziel ist ein kreisweiter Informationsaustausch, die Bündelung der Informationen und der Austausch über vorhandene Angebote, die Veröffentlichung derselben sowie die Durchführung von Qualifizierungsmaßnahmen.

2010 wurden zwei Netzwerktreffen organisiert, auf denen die LWL-Klinik ihr Angebot zu Unterstützung von Magersucht und Bulimiebetreffenen vorstellte.

3 Selbsthilfegruppen im Kreis Unna

3.1 Was versteht man unter einer Selbsthilfegruppe?

In Selbsthilfegruppen (SHG) finden sich Menschen zusammen, die an einer bestimmten Krankheit leiden, sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden, die das gleiche Problem haben oder die ein gemeinsames Interesse verfolgen. Allen Selbsthilfegruppen-Mitgliedern ist die persönliche Betroffenheit, als Patient/in, als Eltern oder als Angehöriger gemeinsam. Bei den regelmäßig stattfindenden Gruppentreffen tauschen die Mitglieder sich aus, informieren sich, unterstützen, stärken, motivieren und trösten einander. Es gibt SHG, die politisch und gesellschaftlich wirksam und öffentlich tätig werden, andere SHG arbeiten für sich im kleinen Kreis.

SHG arbeiten in der Regel selbständig, ohne finanzielle Interessen und sind offen für neue Mitglieder.

Selbsthilfegruppen bewirken:

- a) persönliche Veränderungen:
 - Die Menschen verfügen über ein höheres Fachwissen, sie sind „Experten in eigener Sache“.
 - Sie werden toleranter und verständnisvoller gegenüber eigenen und Problemen anderer Menschen.
 - Sie erlangen ein höheres Selbstwertgefühl.

- b) Soziale und gesellschaftliche Veränderungen:
 - Selbsthilfegruppen sind eine wichtige Ergänzung zu den vorhandenen professionellen Hilfesystemen.
 - Sie tragen zu einer Verbesserung für das bestehende Beratungsangebot des Sozial- und Gesundheitswesens bei und leisten damit einen wichtigen Beitrag zur Kostendämpfung.

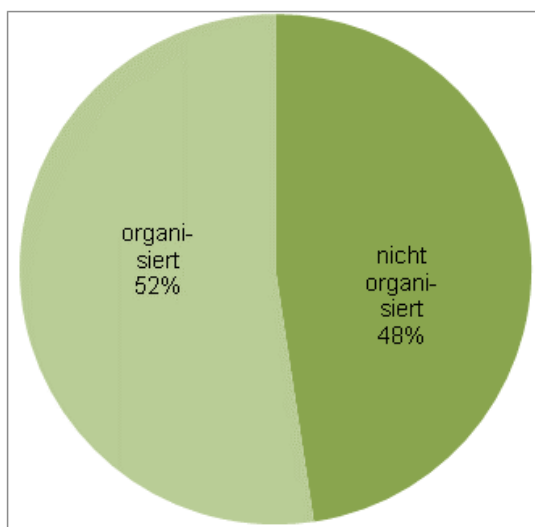
Selbsthilfegruppen sind heterogene Gebilde, d.h. jede Gruppe ist verschieden und lebt von den Charakteren und Persönlichkeiten ihrer Mitglieder. Die Selbsthilfegruppen lassen sich jedoch nach zwei Kategorien unterscheiden:

- Organisationsgrad
- Themenbereiche

3.2 Statistisches

3.2.1 Organisationsgrad

Als „organisierte Selbsthilfegruppen“ werden bezeichnet:



- Selbsthilfevereine
- Selbsthilfeorganisationen
- Landesverbände
- Bundesverbände.

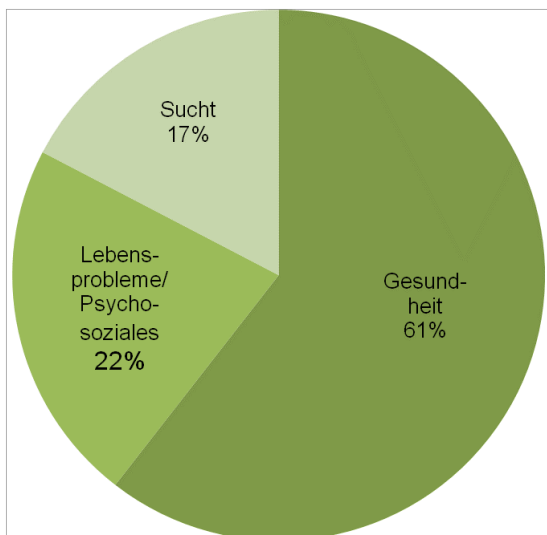
Als „nicht organisierte Selbsthilfegruppen“ werden bezeichnet:

- Selbsthilfeinitiativen und Selbsthilfegruppen mit ca. 3-20 Mitgliedern, also kleinere Zusammenschlüsse von Menschen, die sich regelmäßig zum gemeinsamen Austausch oder zu gemeinsamen Aktivitäten treffen, die jedoch nicht als Verein organisiert und auch keinem übergeordneten Verband angeschlossen sind.

n=271

3.2.2 Themenbereiche

Selbsthilfegruppen existieren auf den unterschiedlichsten Gebieten. Es bilden sich drei Themenbereiche deutlich heraus:



- Gesundheitliche Beeinträchtigungen (Chronische Erkrankungen, Behinderungen, psychische Erkrankungen)
- Lebensprobleme/psychosozialer Bereich (Eltern-Kind-Gruppen, Psychosoziale Probleme, Frauenselbsthilfe, Partnerschaft, Alter und Nachbarschaft, besondere soziale Situationen, Wohnen, Verkehr, Umwelt, Ökologie)
- Sucht (Stoffgebundene und nicht stoffgebundene Süchte)

Zum Teil lassen sich die Gruppen mehreren Bereichen zuordnen, wir haben sie jeweils zu dem Themenbereich erfasst, der im Vordergrund steht.

n=271

3.2.2.1 Themenbereiche, zu denen 2010 im Kreisgebiet neue Gruppen entstanden oder aufgenommen wurden

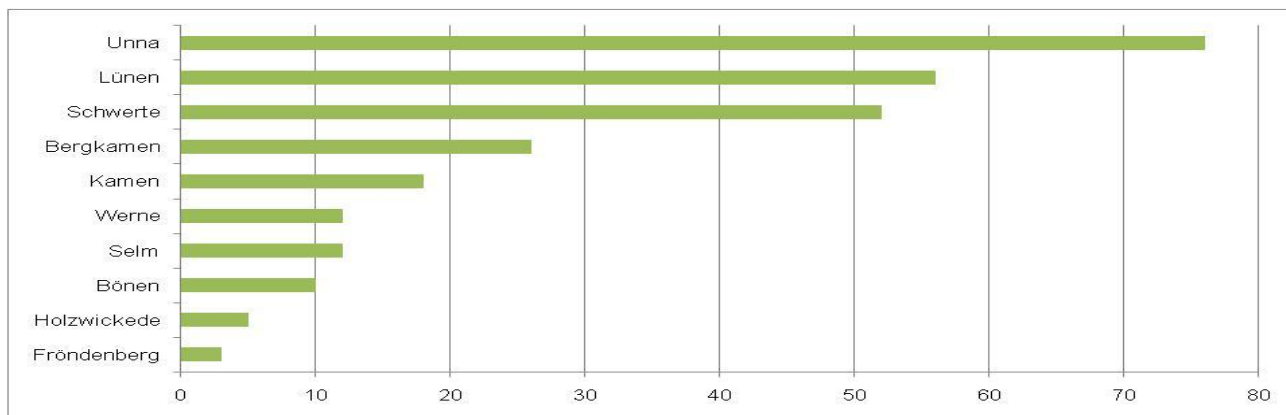
- 60 plus – Gesprächskreis
- AD(H)S Elternselbsthilfegruppe 1
- AD(H)S Elternselbsthilfegruppe 2
- Adipositas SHG, Werne
- Angehörige Depressionen
- Anonyme Alkoholiker Schwerte-Westhofen
- Asperger-Syndrom, Eltern
- Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) überregional
- dabei - der arbeitskreis | behindert • engagiert • integriert • Schwerte
- Elterntreff von behinderten Kindern – Gemeinsam stark
- Epilepsie
- Gesunde Ernährung
- ILCO, deutsche, Iserlohn/Schwerte
- Lichtblick - Lichtallergie, Medikamentenunverträglichkeit
- Patchworkfamilien
- Schwulentreff „Mann o Mann“
- Senioren Club-aktives Alter
- SHG für krebsbetroffene Männer und Frauen
- SH-Stammtisch
- Single- u. Freizeitgruppe (40-50 Jährige)
- Tauschring (Gartenvorstadt)
- Trennung und Scheidung 2

3.2.2.2 Themenbereiche, zu denen sich 2010 Gruppen aufgelöst haben

- Mobbing
- Akutgruppe Alkoholkranker und Betroffene
- Diabetes-Inforunde
- Alleinstehend 50+
- Nachsorgegruppe Alkohol
- AI Anon
- Schwerhörige u. Ertaubte
- Mukovizidose
- Beziehungssucht

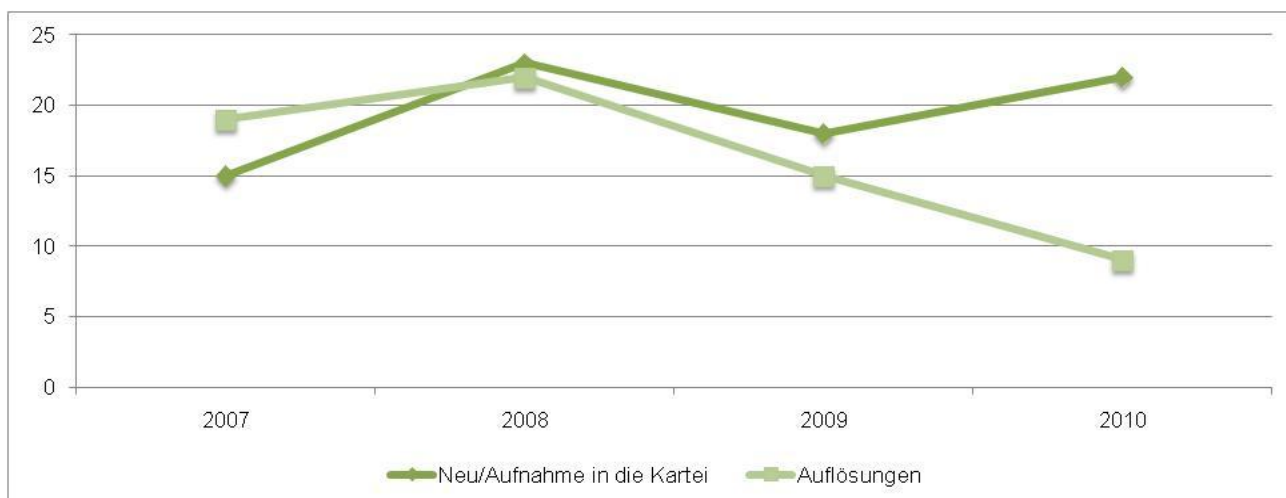
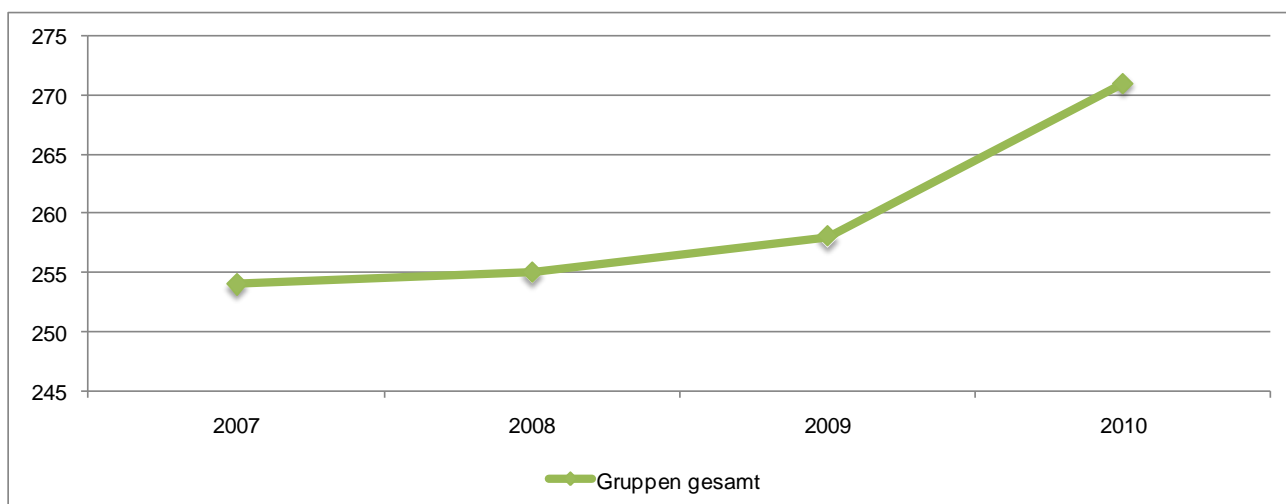
3.2.3 Anzahl der Selbsthilfegruppen in den einzelnen Kommunen des Kreises Unna

In den drei Kommunen Unna, Lünen und Schwerte, die einen Standort der K.I.S.S. mit entsprechenden



Räumlichkeiten haben, die höchsten Gruppenzahlen zu verzeichnen.

3.2.4 Entwicklung der Gruppenzahlen



Die Anzahl der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna hat in den letzten Jahren stetig leicht zu genommen (zwischen 0,4 und 1,2 %). In diesem Jahr hat sich die Anzahl der Gruppen im Vergleich zum Vorjahr um 13 erhöht, das entspricht 5%. Es gab 22 Gründungen und 9 Auflösungen. Ende des Jahres 2010 waren bei der K.I.S.S. 271 Gruppen registriert.

4 Übersicht der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna (Stand 12/2010)

Thema	N	M	S
Abnehmen		X	
ADHS Erwachsene		X	
Adipositas	X	X	
AIDS		•	
Akustikus Neurinom		X	
AI Anon			X
Alkohol (Grüner Zweig)		X	
Alleinerziehende	X	X	
Alzheimer-Angehörige	X	X	
Älter werden – 60plus	X		
Angehörige psychisch Kranker		X	X
Angehörige v. Menschen m. Depressionen			X
Ängste nach Herzinfarkt		↔	
Ängste und Depressionen	X	X	X
Ängste und Panik	X		X
Anonyme Alkoholiker	X	X	X
Asperger Eltern			X
Asthma	X	↔	
Atemstillstand			X
Bechterew, Morbus	X	X	X
Behinderung	X	X	X
Beziehungsabhängigkeit		X	
Blaues Kreuz	X	X	X
Blinde	X	X	
Borderline Angehörige		↔	
Borderline Betroffene			X
Brustkrebsbetroffene		X	X
Bulimie	•	↔	↔
Chronische Darmerkrankungen	X	X	X
Colitis Ulcerosa/Morbus Crohn	X	X	X
COPD / Lungenemphysem	X		
Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD)		X	
Cross dresser	X		
Das nichtbehinderte Geschwisterkind			•
Defibrilator (Herz)			↔
Depression	X	X	X
Depressionen, Angehörige v. Menschen mit			X
Diabetes (Elterngruppe)		X	
Diabetes mellitus	X	X	X
Dialyse	X	↔	
Down-Syndrom		X	X
Duchenne Muskeldystrophie	X		
Elektrosensibilisierung			X
Eltern autistischer Kinder		X	
Eltern behinderter Kinder	X	X	X
Eltern entwicklungsgestörter Kinder		X	
Eltern epilepsiekranker Kinder			↔
Eltern hochbegabter Kinder	X	X	
Eltern hörbehinderter Kinder		X	
Eltern mit ADS/ADHS-Kindern	X	X	
Eltern verhaltensunsicherer Kinder		↔	
Elternselbsthilfe Drogen	X	X	
Elternstammtisch – Starke Eltern			X
Epilepsie		X	

Thema	N	M	S
Ernährung, gesunde		X	
Erziehungsschwierigkeiten		↔	
Exhibitionisten		↔	
Fanconi-Anämie		X	
Fibromyalgie	X	↔	↔
Frauen, psychisch kranke			X
Frauensebsthilfe nach Krebs		X	
Freizeitgruppe über 60		X	X
Frührentner nach Krankheit	X		
Galaktoseintoleranz		↔	
Geburt, traumatische		X	
Gehörlose und Hörbehinderte	X	X	X
Gemeinsam leben, gemeins. lernen			X
Gewalt häusliche/Täter/Opfer		↔	
Glasknochen		↔	
Hepatitis		X	
Herzkrankung (Defibrilator)			↔
Herzklappen, künstliche		X	
Herzkranke Kinder Elterninitiative		↔	X
Herzsport	X	X	X
Hirntumorerkrankte und Angehörige		X	
Hospiz-Initiative	X	X	X
Infektion d. KH-Aufenthalt			↔
Kinderhospiz, ambulanter		X	
Kneipp-Verein		X	
Krebs, Reha-Sport	X	X	X
Krebsbetroffene	X	X	X
Kreuzbund	X	X	
Legasthenie / Dyskalkulie		X	
Lichtdermatosen/allergie			X
Lungenerkrankte, Sportgruppe	X	X	X
Lupus Erythematodes tumidus			X
Lupus Erythematodes		↔	
Magersucht/Bulimie Angehörige		↔	
Messies		X	
Morbus Menière (Süd->Schwerhörige)			X
Mukoviszidose		X	
Multiple Sklerose	X	X	X
Multiple Sklerose jüngere Menschen	X	X	X
Mütterzentrum		↔	X
Narcotics Anonymous			X
Narkolepsie		X	
Nebenwirkungen von Medikamenten			X
Neurodermitis, Eltern		X	
Neurodermitis, Erwachsene		X	
Nichtraucher		X	
Nierenerkrankte	X	↔	
Omega – mit dem Sterben leben		X	
Osteoporose (-Gymnastik)	X	X	X
Parkinson, Morbus	X	X	
Patchwork Familie		X	
Pflegende Angehörige	X	X	X
Post-Polio-Syndrom		X	
Posttraumatische Belastungsstörung		•	

Thema	N	M	S
Primäres Lymphödem		↔	
Pro Retina		↔	
Prostata		↔	
Psoriasis		X	
Psychiatrieerfahrene			X
Psychisch kranke Frauen			X
Psychosegruppe		X	
Pubertät			X
Restless Legs		X	
Retinitis Pigmentosa		X	
Rett-Syndrom			↔
Rheuma-Liga	X	X	X
Schimmelbefall		↔	
Schlafapnoe			X
Schlaganfall	X	X	
Schmerzen	X	X	
Schreiben befreit		X	
Schwerhörige			X
Schwulentreff		X	
Sektenaussteiger		↔	
Selbstbehauptung			X
Selbstbewußtsein/Selbstvertrauen		X	
Selbstverletzendes Verhalten	↔		
Senioren, aktives Alter			X
Sexueller Missbrauch		↔	
Silikose		X	
Single	X	X	
Sklerodermie		↔	
Sorgerechtsentzug		↔	
Sozialmobbing / Behindertenmobbing		↔	
Spieler		X	
Spina Bifida		↔	
Stalking			•
Stimmbandlähmung		↔	
Stomaträger	X	X	
Sucht (interkulturell)	X		
Tauschring		X	X
Therapeutische Gesangsgruppe		X	
Tinnitus (Süd -> Schwerhörige)	X	↔	X
Trauer/Sterben	X	X	X
Trauma durch Gewalterfahrung		↔	
Trennung/Scheidung		↔	X
Ullrich – Turner – Syndrom		↔	
Umwelterkrankungen			
Verwaiste Eltern		↔	
Wegener'sche Granulomatose/Vasculitis		↔	
Wirbelsäulenerkrankte			X
Wohnformen, alternative		X	X
Zerebralparese (frühkindliche)		X	
Zöliakie (Sprue)			
Zwänge	X		

N=Nordkreis
M=Mittelkreis
S=Südkreis