



JAHRESBERICHT

2009

Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis

c/o Heike Trapphoff / Marita Besler
Landgrafenstraße 1
53842 Troisdorf

Tel.: 0 22 41 – 94 99 99

Fax: 0 22 41 – 40 92 20

selbsthilfe-rhein-sieg@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-rhein-sieg.de

Sprechzeiten: Mo, Mi, Fr 9 – 14 Uhr
und nach Vereinbarung

Träger: Der **Paritätische Nordrhein-Westfalen**
Kreisgruppe Rhein-Sieg-Kreis

Jahresbericht 2009

Übersicht Leistungsspektrum

Mehr auf den Seiten:

<p>Rahmenbedingungen Regionale Gegebenheiten des Rhein-Sieg-Kreises: Zweitgrößter ländlicher Flächenkreis in NRW, ca. 599.000 Einwohner, 19 Kommunen, Teilung des Kreisgebietes durch den Rhein mit Bonn als selbstständige „Insel“ mit eigener Kontaktstelle. Einrichtung von 2 Außenstellen links- und rechtsrheinisch (1 x mtl. 2 Std. besetzt, Telefon mit Rufweiterschaltung). Unterstützung durch 5 ehrenamtliche MitarbeiterInnen. Personalausstattung: 2 Fachberaterinnen, 1 Sachbearbeiterin mit jeweils 19,25 Wo/Std.</p>									
<p>A: Kontakte</p> <table border="1" data-bbox="272 577 708 707"> <tr> <td>387</td> <td>Interessierte</td> </tr> <tr> <td>449</td> <td>Selbsthilfegruppen (SHG)</td> </tr> <tr> <td>371</td> <td>Professionelle</td> </tr> <tr> <td>1207</td> <td>Summe</td> </tr> </table> <p>Ab 2009 neue Statistik-Software: Die Zahlenangaben ergeben sich aus den <u>eingegangenen</u> Anrufen und persönlichen Beratungsgesprächen in der Kontaktstelle. Ergänzt man die Summe von 1207 Kontakten um 2011 eingegangene Mails, erhöht sich die Zahl der <u>eingegangenen</u> Kontakte auf 3218. Alle ausgehenden Kontakte sind <u>nicht</u> gezählt.</p>	387	Interessierte	449	Selbsthilfegruppen (SHG)	371	Professionelle	1207	Summe	3
387	Interessierte								
449	Selbsthilfegruppen (SHG)								
371	Professionelle								
1207	Summe								
<p>B: Information/Beratung - Thema Nr. 1: „Psychische Erkrankungen“ – Tendenz steigend - Gravierender Unterschied in der statistischen Darstellung zu 2008 wegen neuer Statistik-Software - Vergleich zu den Vorjahreszahlen ist irreführend</p>	4								
<p>C: Profis/Multiplikatorenarbeit - Kontakte zur professionellen Ebene – erfasst wurden nur eingehende Anfragen, Tendenz steigend - Mitwirkung in Arbeitskreisen und Netzwerken (Bsp. AK Demenz) - Tendenz gleich bleibend - Mitwirkung bei Organisation von Großveranstaltungen - Tendenz gleich bleibend</p>	5								
<p>D: Öffentlichkeitsarbeit/Projekte - Kommunikation des neuen Verbandslogos und des neuen Namens: aus „KISS“ wird die „Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis“ - Herausgabe des neuen Selbsthilfe-Verzeichnisses – von 3500 Ex. wurden im Jahr 3000 verteilt! - Verlagerung der Außenstellenarbeit in die entstehenden Familienzentren - Herausgabe von 3 Selbsthilfezeitungen „kisszeit“, zu den Themen: „Stomaträger“ / „Gehörlosigkeit“ / „Depression“ - Erstellung der eigenen Homepage</p>	6								
<p>E: Fazit Der Trend hin zur Netzwerkarbeit setzte sich fort: Höhepunkt war die Veranstaltung des „Bündnis gegen Depression“ mit rund 700 TeilnehmerInnen. Derartige Veranstaltungen u.a. ermöglichten die Verteilung des Selbsthilfe-Verzeichnisses und gleichzeitig auch die Kommunikation des neuen Logos und neuen Namens der Kontaktstelle. Diese Öffentlichkeitsarbeit bildete einen der Schwerpunkte in 2009. Ergänzt wurde sie durch die Herausgabe von 3 Selbsthilfe-Broschüren und die Erstellung der eigenen Homepage: www.selbsthilfe-rhein-sieg.de</p>	3 --- 6								
<p>F: Planung 2010 Schwerpunkt: Auseinandersetzung mit dem Thema „Zukunft der Selbsthilfe“ aus Anlass des 20-jährigen Geburtstages der Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis mit dem Focus auf „Selbsthilfe und Internet“ - Herausgabe der Selbsthilfebroschüre „kisszeit“ als Sonderausgabe mit dem Thema: „Zukunft der Selbsthilfe - Neue Medien“ - Kooperation mit Familienzentren / Umstrukturierung der KISS-Außenstellen geht weiter - Netzwerkarbeit: „Onlinesucht“, „Bündnis gegen Depression“, „Demenz“, „Wohnen im Alter/ Wohnen mit Behinderungen“</p>	7								
<p>G: Anhang: Tätigkeitsprofil der Selbsthilfe-Kontaktstelle und „Was ist Selbsthilfe?“</p>	8								

Leistungsspektrum – Die Details

A: Kontakte

Erläuterung

Kontakte heißt: Summe aller eingegangenen Gespräche (telefonisch oder persönlich) ohne schriftliche Anfragen (per Brief, Fax, E-Mail und Sammelanschreiben an Gruppen) von Selbsthilfe-Interessierten, Selbsthilfegruppen-Mitgliedern und Professionellen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich (Ärzte, Apotheker, Soziale Dienste, Beratungsstellen, etc.) u.a. (z.B. Presse, Politiker, Firmen, etc.).

Die Kontakte über unser Service-Center werden erst als eingehende Kontakte gewertet, wenn ein direkter Kontakt zum Anrufer hergestellt wurde.

387	Interessierte
449	Selbsthilfegruppen (SHG)
371	Professionelle
1207	Summe

Ab 2009 neue Statistik-Software:

Die Zahlenangaben ergeben sich aus den eingegangenen Anrufen und persönlichen Beratungsgesprächen in der Kontaktstelle.

Nicht erfasst sind:

Mail-Kontakte, ausgehende Anrufe, persönliche Information und Beratung an Infoständen, bei Veranstaltungen und in Netzwerken. Dadurch ergeben sich gravierende Veränderungen in der statistischen Darstellung, so dass ein Vergleich mit den Vorjahreszahlen irreführend wäre.

Ergänzt man die Summe von 1207 Kontakten um 2011 eingegangene Mails, erhöht sich die Zahl der eingegangenen Kontakte auf **3218**.

Fazit

Die Umstellung auf die neue Statistik-Software gestaltete sich als sehr zeitaufwendig und verlief nicht reibungslos. Dies wird sich in 2010 ändern.

B: Information/Beratung

Erläuterung

Information/Beratung bezieht sich in erster Linie auf Anfragen von interessierten Bürgern und Bürgerinnen und Mitgliedern aus Selbsthilfegruppen zum Themenkomplex Selbsthilfe. Unter dem Begriff „Beratungen“ subsumieren sich informierende, vermittelnde, unterstützende und klärende Beratungstätigkeiten, die je nach Anfrage unterschiedliche zeitliche und fachliche Anforderungen stellen. Die Mehrzahl der Beratungen erfolgt telefonisch und zunehmend über das Internet. Durch die Zusammenarbeit mit einem Call-Center wird eine telefonische Erreichbarkeit in einem Zeitfenster von 8 – 20 Uhr gewährleistet.

Anfragen kommen aus den Bereichen: Psychische Erkrankungen, Chronische Erkrankungen, Sucht-Erkrankungen und Soziales.

Konkretisierung

Interessierte Bürger/-innen (387 Kontakte)

Selbsthilfegruppen (449 Kontakte)

Gruppengründungen

Es gründeten sich 8 Selbsthilfegruppen zu nachfolgenden Themen:

05.05.09	Angehörige Demenz Eitorf
19.08.09	Anonyme Spieler, Troisdorf
20.08.09	Angehörige psychisch Kranker, Meckenheim
	und weitere: Emotionale Gesundheit, Eitorf
	Depression, Much
	Frau und Gewalt, Rheinbach
	Borreliose, Lohmar
	Parkinson Spieler, Troisdorf

Unterstützung Selbsthilfegruppen (Veranstaltungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle)

09.02.09	1. workshop „Presse- und Öffentlichkeitsarbeit“
18.05.09	Gespräch mit SHG Parkinson
15.06.09	2. workshop „Presse- und Öffentlichkeitsarbeit“
19.06.09	Gesamttreffen
25.11.09	Gespräch mit SHG Depression, Much
17.11.09	Jahresabschlusstreffen „Kiss-Allerlei“
	und zwei mal Erfahrungsaustausch mit neuen Gruppenleitern

Unterstützung Selbsthilfegruppen (Fremdveranstaltungen)

24.04.09	Jubiläum SHG Osteoporose, Hennef
26.09.09	Jubiläum Gehörlosenverein, Troisdorf
10.10.09	Fortbildung: „Zukunft der Selbsthilfe“, Bergisch Gladbach

Fazit

Von den eingehenden Anfragen Interessierter bezog sich die Mehrzahl auf psychische Erkrankungen und hier vor allem auf Depressionen. Das steht in engem Zusammenhang mit intensiver Öffentlichkeitsarbeit über Pressemitteilungen „SHG Depression“, die Selbsthilfezeitung „kisszeit“ zum Thema „Depression“ und Veranstaltungen im Rahmen der Netzwerkarbeit „Bündnis gegen Depression“.

Die Zahl der Kontakte zu SHG in unserer Statistik bezieht sich auch hier nur auf eingehende Anfragen, telefonische oder persönliche. Da die Kontaktstelle jedoch sehr intensiv mit einer Vielzahl von Gruppen zusammenarbeitet – siehe „Sprecherrat“, Redaktionsteam, Infostände u.a. – liegt die Zahl der Kontakte zu SHG insgesamt wesentlich höher. Diese sogenannten „ausgehenden“ Kontakte sind in der Statistik jedoch nicht erfasst.

C: Profis/ Multiplikatorenarbeit

Erläuterung

Der Begriff „Profis“ steht für: Kommunale Verwaltungen, Wohlfahrtsverbände, Beratungsstellen, Krankenkassen, medizinische Fachkräfte, Apotheken, med./amb./stationäre Einrichtungen, Selbsthilfe-Organisationen, andere Selbsthilfekontaktstellen, Bildungsträger, Presse, Politik, Kirchen, Firmen, etc.. Die in der Statistik erfassten Kontakte beziehen sich in erster Linie auf Anfragen zu: Infos zur Selbsthilfe-Kontaktstelle/Selbsthilfe, Kooperation/Gremien, Austausch Infos/Infomaterial, Veranstaltungen.

Die Zusammenarbeit erfolgt über Multiplikatorenarbeit, Arbeitsbesprechungen, Arbeitskreise/ Netzwerkarbeit und Öffentlichkeitsarbeit.

1. Multiplikatorenarbeit: Schulen/Weiterbildungseinrichtungen

05.03. AWO, Siegburg
29.05. Berufskolleg, Troisdorf-Sieglar

2. Netzwerkarbeit: Arbeitskreise “Demenz” im RSK

14.01. Alfter	26.08. Siegburg + Meckenheim
21.01. Troisdorf	16.09. Diakonie, Troisdorf
28.01. Meckenheim	07.10. Sankt Augustin
11.02. Eitorf	11.11. Meckenheim
27.05. Siegburg	09.12. Troisdorf

3. Netzwerkarbeit: Arbeitskreise im RSK

19.01. Runder Tisch, Meckenheim
22.04. Runder Tisch, Meckenheim
25.05. AG Behinderungen, Sankt Augustin
01.09. AK Mediensucht
06.10. AK Senioren, Sankt Augustin
18.11. Sozialraum Bornheim
15.12. AK Mediensucht

“Bündnis gegen Depression”

16.03. AK Bonn/Rhein-Sieg
11.08. AK Bonn/Rhein-Sieg
09.09. Fachtagung, Siegburg
26.10. AK Bonn/Rhein-Sieg

4. Netzwerkarbeit: Arbeitskreise landesweit

21.01. Sprechertreffen AG Parität, Wuppertal	26.05. Regio Treff, Gummersbach
18.02. Regio Treff, Troisdorf	27.05. PatientInnen-Netzwerk, Dortmund
04.03. AG Parität, Wuppertal	25.08. Regio Treff, Bonn
10.03. LAK, Essen	08.09. LAK, Essen
28.04. Sprechertreffen AG Parität, Wuppertal	30.11. Regio Treff, Köln
12.05. AG PR, Krefeld	02.12. PatientInnen-Netzwerk, Dortmund
13.05. Vorbereitung LAK, Essen	15.12. Sprechertreffen AG Parität, Wuppertal

5. Gremien, Konferenzen, Tagungen

29.01. „Neue Wohnformen“, Kreishaus Siegburg	02.10. Tagung „Fit für’s Krankenhaus“, Köln
22.04. Kommunale Gesundheitskonferenz	10.10. Selbsthilfekongress, Engelskirchen
11.09. Tagung „Psychisch Kranke“, Dortmund	08.12. Regionalkonferenz, Siegburg
25.09. Tagung „Medienschucht“	

6. Kooperation/Gespräche

03.03. KOSA, Düsseldorf	Kooperationsgespräche mit 5 Familienzentren (siehe Punkt “Projekte”, S. 6)
18.03. AOK, Siegburg	
05.05. Kreisgesundheitsamt	11.12. AOK, Frau Schippers, Troisdorf

Fazit

Der Trend hin zur Netzwerkarbeit (Schwerpunktthema Nr.1) setzte sich fort: Auch in 2009 wurde eine neue Demenzbroschüre herausgegeben für Meckenheim/Rheinbach und Umgebung. Höhepunkt der Netzwerkarbeit war die Veranstaltung des „Bündnis gegen Depression“ mit rund 700 TeilnehmerInnen, überwiegend Fachpublikum (Ärzte, LehrerInnen, Erzieherinnen, Mitarbeiter aus Beratungsstellen, etc.) in Siegburg zum Thema: Derartige Veranstaltungen u.a. ermöglichten die Verteilung des Selbsthilfe-Verzeichnisses, der Selbsthilfebroschüre und gleichzeitig auch die Kommunikation des neuen Logos mit neuem Namen der Selbsthilfe-Kontaktstelle. Das ist von besonderer Bedeutung, da in den Jahren 2001 bis 2008 der Name „KISS“ (Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe) sehr offensiv bekannt gemacht worden ist und dieser nach Einführung des neuen Logos und Namens (Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis) nicht mehr verwendet werden darf.

D: Öffentlichkeitsarbeit/Projekte

Erläuterung

Öffentlichkeitsarbeit dient der Bekanntmachung des Selbsthilfegedankens, der Selbsthilfegruppen und der Kontaktstelle. Dies geschieht u.a. in Form von Pressemitteilungen, Verteilung/Verschickung von Infomaterial, Arbeit in Projekten und der Teilnahme an Veranstaltungen (s.S. 5).

Die Projekte 1 - 5 sind längerfristig geplante Aktionen über einen bestimmten Zeitraum mit dem Ziel, möglichst unterschiedliche Zielgruppen anzusprechen, dadurch den Bekanntheitsgrad der Selbsthilfe-Kontaktstelle zu erhöhen und dem Themenspektrum „Selbsthilfe“ ein Forum zu bieten. Gleichzeitig dienen sie der Stabilisierung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen, indem diese in die Planung und Durchführung der Aktionen mit einbezogen werden.

Gestützt wird die Projektarbeit von 16 ehrenamtlich tätigen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen.

Konkretisierung

Projekt 1: Selbsthilfezeitung "kisszeit" (9 Redaktionssitzungen)

Die Redaktionssitzungen fanden jeweils statt mit 5 bis 8 TeilnehmerInnen:

09.01.	20.03.	28.04.	18.05.	30.06.	18.08.	26.09.	27.10.	08.12.
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Projekt 2: Selbsthilfe-Außenstellen

Alfter - jeden 2. Mo i. M., 17 – 19 Uhr	Eitorf – jeden Donnerstag, 14.30 – 16 Uhr
--	--

Projekt 3: Familienzentren

17.02. FZ „Sankt Martinus“, Much	21.08. FZ „Pänzhuus“, Siegburg
09.03. FZ „Villa Kunterbunt“, Bad Honnef	15.09. „Zentrum Familie“, Ev. Kirche, Troisdorf-Mitte
23.06. FZ Altenforst, Troisdorf-Altenrath	

Projekt 4: "Tour de Rathaus" – Vorstellung Selbsthilfe-Kontaktstelle in Kommunen

29.09. Meckenheim
06.10. Königswinter

Projekt 5: Aktion im Krankenhaus - "Kleine Selbsthilfetage"

02.09. Suchtklinik, Hennef
20.09. Infostand beim Tag des Kinderkrankenhauses Aesklepios, Sankt Augustin

Projekt 6: Presse

11.02. Pressekonferenz in SHK, Troisdorf
16.06. Pressekonferenz in Bücherei, Bad Honnef

Projekt 7: Präsentation Selbsthilfe-Kontaktstelle allgemein (10 Veranstaltungen)

31.01. Medizinforum, Bad Honnef	22./23.08. Seniorenmesse, Hennef
25./26.04. Sivial-Messe, Bad Honnef	05.09. Sommerfest AGENDA, St. Augustin
16./17.05. Seniorenmesse, Rheinbach	09.09. Tagung "Depression", Siegburg
10.05. Bornheimer Gesundheitstag	25.09. Tagung "Mediensucht", Siegburg
27.06. Sommerfest FZ, Much	14.11. Ehrenamtstag, Königswinter

Projekt 8: Sprecherrat (5 Termine)

03.02.	17.03.	06.05.	16.06.	15.09.
--------	--------	--------	--------	--------

Projekt 9: Fachtagungen/Mitarbeiter-Fortbildungen (Fachöffentlichkeit landesweit)

13./14.03.08 JAT, Kamen	09./10.11. Fortbildung: "Psych. Erkrankungen", Bensberg
23./24.04. Workshop Nakos, Berlin	03.11. Fortbildung: "website", SHK
03.- 05.06. DAG SHG Fachtagung, Saarbrücken	
23./24.09. Klausurtagung AG Parität	

Fazit

Durch das neue Logo und den neuen Namen nahm die Bedeutung der Öffentlichkeitsarbeit in 2009 noch einmal zu. Die Kontaktstelle verzeichnete großen Erklärungsbedarf, warum der Name „KISS“ nicht mehr verwendet werden darf.

Das Projekt „Selbsthilfeverzeichnis“ ist 2008 erarbeitet und mit einer Auflage von 3500 Exemplaren am 11.02.09 der Öffentlichkeit vorgestellt worden. Seitdem sind 3000 Exemplare an Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialbereich, an SHG und Interessierte verteilt worden.

3 Selbsthilfe-Broschüren zu den Themen: „ILCO/Stomaträger“, „Gehörlosigkeit“, „Depression“ wurden herausgegeben und die Erstellung der eigenen Homepage begonnen: www.selbsthilfe-rhein-sieg.de.

Der Sprecherrat der SHG stellte sich der Presse vor und bearbeitete das Thema „Behindertenfahrten“.

F: Planung 2010

Aufgrund der Auswertung der Arbeit im vergangenen Jahr, werden in 2010 folgende Projekte vorrangig bearbeitet:

- **Schwerpunkt:** Auseinandersetzung mit dem Thema „Zukunft der Selbsthilfe“ aus Anlass des 20-jährigen Geburtstages der Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis mit dem Focus auf Selbsthilfe und Internet: „Virtuelle Selbsthilfegruppen – ist das noch Selbsthilfe?“
- Herausgabe der Selbsthilfebroschüre „kisszeit“ als Sonderausgabe mit dem Thema: „Zukunft der Selbsthilfe - Neue Medien“
- Weitere Kooperationen mit Familienzentren
- Sprecherrat SHG: Projektarbeit
- Netzwerkarbeit: „Onlinesucht“, „Bündnis gegen Depression“, „Demenz“, „Wohnen im Alter/ - Wohnen mit Behinderungen“
- Aktionen mit dem „Bündnis gegen Depression“
- Schulung der Kooperationspartner und der neuen SHG-Ansprechpartner

G: Anhang

Tätigkeitsprofil der Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis und „Was heißt Selbsthilfe“?

Rahmenbedingungen

Die **Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis** ist eine professionelle Beratungsstelle für Selbsthilfe-Interessierte und zur Unterstützung von Selbsthilfegruppen im Rhein-Sieg-Kreis mit Hauptsitz in Troisdorf. Sie existiert seit 1990 in Trägerschaft des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes NRW. Die Finanzierung erfolgt über das Land, die Krankenkassen, den Paritätischen und die Kommune (seit 2004 über eine Leistungsvereinbarung).

Die **Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis** nimmt eine Lotsenfunktion ein und führt ein Verzeichnis der Selbsthilfegruppen und -initiativen im Sozial- und Gesundheitsbereich für den gesamten Rhein-Sieg-Kreis. In diesem Verzeichnis befinden sich ca. 300 Selbsthilfegruppen mit ca. 6.000 bis 10.000 Mitgliedern. Darüber hinaus arbeitet die **Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis** mit zahlreichen professionellen Beratungseinrichtungen und Einrichtungen aus dem Gesundheits- und Sozialsektor zusammen, die eine Multiplikatorenfunktion einnehmen.

Die **Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis** verfügt über Personal mit pädagogischer und sozialarbeiterischer Qualifikation, das regelmäßig an Fortbildungsveranstaltungen teilnimmt (2 Fachkräfte, 1 Sachbearbeiterin, jeweils teilzeitbeschäftigt). Unterstützt wird es in seiner Arbeit von 21 ehrenamtlichen MitarbeiterInnen in den Bereichen Büroorganisation und Projektarbeit.

Die Kontaktstelle verfügt über drei Büroräume, von denen einer als Serviceraum für Selbsthilfegruppen genutzt wird (mit PC einschl. Internetzugang, Kopierer, Fax etc.), einen großen Gruppenraum für ca. 30 Personen und eine kleine Küche.

Zur Zeit nutzen 9 Selbsthilfegruppen unser Raumangebot.

Die Kontaktstelle bietet ihr Angebot außer in der Hauptstelle in Troisdorf noch in zwei weiteren Anlaufstellen in Alfter und Eitorf zu festen Sprechzeiten und nach Vereinbarung an. Durch die Zusammenarbeit mit Familienzentren erschließen sich Beratungsmöglichkeiten von Interessierten und Selbsthilfegruppen direkt vor Ort. Darüber hinaus ist die Kontaktstelle an sechs Wochentagen von 8 – 20 Uhr über unser Servicetelefon (in Zusammenarbeit mit einem Call-Center) zu erreichen.

Arbeitsinhalte

Die Mitarbeiterinnen der **Selbsthilfe-Kontaktstelle Rhein-Sieg-Kreis**

- ✓ vermitteln Interessierte in schon bestehende Gruppen und verweisen auf weitergehende Hilfen
- ✓ bringen Menschen mit gleichen Problemen und Anliegen zusammen und unterstützen die Neugründung von Gruppen
- ✓ beraten und unterstützen bei Bedarf bestehende Gruppen
- ✓ stellen den Gruppen in beschränktem Umfang Räume zur Verfügung
- ✓ helfen bei der Raumsuche
- ✓ erstellen Informationsmaterialien (Selbsthilfegruppenverzeichnis, Selbsthilfezeitung „kisszeit“)
- ✓ unterstützen Selbsthilfegruppen bei größeren Veranstaltungen (z.B. Gesundheitsmesse)
- ✓ vertreten den Selbsthilfeaspekt in der Öffentlichkeit

Was ist eine Selbsthilfegruppe (SHG)?

Eine Selbsthilfegruppe ist eine Gemeinschaft von Menschen, die sich zu Vorbeugung, Besserung und/oder Bewältigung körperlicher, seelischer und/oder sozialer Probleme bildet.

Die Mitglieder der Selbsthilfegruppen treffen sich regelmäßig um

- ✓ Informationen auszutauschen
- ✓ sich auszusprechen
- ✓ gemeinsame Wege der Problembewältigung zu finden
- ✓ gemeinsam etwas zu unternehmen
- ✓ und um ihre Interessen nach außen zu vertreten.

In der Gruppe liegt die Betonung auf Gleichberechtigung und gegenseitige Hilfe; neue Wege und Möglichkeiten werden eröffnet. Die Arbeit geschieht auf ehrenamtlicher Basis. Die Teilnahme ist kostenlos.