



Die Kontakt- und  
Beratungsstelle  
vernetzt  
Selbsthilfegruppen-  
angebote  
für Menschen  
in

**Wuppertal**

**Jahresbericht  
2009**

# **Jahresbericht 2009 der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen**

## Inhaltsverzeichnis:

- I. Einführung
- II. Träger
- III. Finanzielle und personelle Ausstattung
- IV. Statistik
- V. Hilfe bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen
- VI. Projekte
- VII. Unterstützung der Arbeit von bestehenden Selbsthilfegruppen und -vereinen
- VIII. Regionale und überregionale Gremienarbeit
- IX. Veranstaltungen und Kooperation mit Akteuren der Versorgungsregion
- X. Kooperation mit Professionellen
- XI. Öffentlichkeitsarbeit der Kontakt- und Beratungsstelle
- XII. Fortbildungen
- XIII. Aussicht auf das Jahr 2010

## **I. Einführung**

Durch die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen fördert und unterstützt die Stadt Wuppertal die Arbeit der Selbsthilfe.

Die Kontaktstelle ist bei der Stadt Wuppertal im Ressort Soziales – 201.PB / Psychosoziale Planung und Behindertenplanung eingerichtet.

Sie arbeitet mit den Vereinigungen und Zusammenschlüssen der Selbsthilfe eng zusammen und kommt damit dem Auftrag des Gesetzes zum öffentlichen Gesundheitsdienst nach, die Arbeit der im Gesundheitsbereich tätigen Selbsthilfegruppen zu fördern und die gesundheitsbezogene Selbsthilfe weiter zu entwickeln. Die Selbsthilfe ist damit Teil des Gesundheitssystems.

Der grundsätzliche Wert der Selbsthilfe liegt darin, Gleichbetroffenen ein Forum für einen kommunikativen Austausch zu schaffen.

Selbsthilfegruppen haben eine Ventilfunktion, indem sie zielgerichtete Strukturen für eine diskursive Problembearbeitung unter Gleichbetroffenen anbieten.

Die Serviceleistungen der Kontakt- und Beratungsstelle sind bedeutungsvoll für die Förderung des Selbsthilfecharakters im Gesundheitsbereich sowie in sozialen Belangen.

Selbsthilfeangebote in sozialen Problemlagen haben keine Förderungsberechtigung durch Krankenkassenfördermitteln nach §20c SGB V, können aber bei Antragstellung durch das städt. Fördermittelbudget finanziell unterstützt werden sowie alle angebotenen Serviceleistungen der Beratungsstelle zur Unterstützung in Anspruch nehmen.

Die Anzahl der gemeldeten Selbsthilfegruppen beträgt ca. 200 zu 88 Themen.

Aufgabe der Kontakt- und Beratungsstelle ist es, Ratsuchende zu informieren und zu beraten sowie Interessierten, den Kontakt zu Selbsthilfegruppen zu vermitteln.

Selbsthilfeinteressierte, die eine Unterstützung suchen, erhalten über eine telefonische Beratung oder im persönlichen Gespräch einen Einblick in die Selbsthilfeangebote vor Ort und Auskunft über bestehende Selbsthilfegruppen. Auch eine steigende Anfrage in schriftlicher Form, per E-Mail hat an Bedeutung gewonnen.

Auf den Internetseiten der Stadt Wuppertal werden Informationen über das Selbsthilfeangebot der Stadt veröffentlicht.

Anfang 2008 erfolgte eine Zugangserleichterung auf die veröffentlichten Infoseiten. Unter [www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen) gelangt man umgehend auf die Seite der Kontakt- und Beratungsstelle mit weiteren Verlinkungen zu Themen und Gruppen.

Hier finden sich alle Gruppen, die mit der Kontakt- und Beratungsstelle in Verbindung stehen, unter Angabe der Kontaktpersonen und - falls von den Gruppen gewünscht - mit Terminen zu Gruppentreffen oder auch Programmhinweisen für das laufende Kalenderjahr.

Im Juli / August 2009 wurden alle Daten unter den Kriterien eines barrierefreien Internetauftrittes neu eingepflegt.  
Am 12. Oktober 2009 wurde der neue Internetauftritt veröffentlicht.

Das neue Internetportal bietet über die Angaben zu Kontaktpersonen, Ort der Treffen und Termine hinaus, jetzt auch die zusätzliche Möglichkeit, eine Themendarstellung der Selbsthilfegruppe zu veröffentlichen, sofern dieses von den Selbsthilfegruppen gewünscht wird.

Darüber hinaus werden über das Netzwerk der Koordinationsstelle für Selbsthilfe in NRW - KOSKON - Angebote von Selbsthilfegruppen in Nordrhein-Westfalen vermittelt sowie über die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen - NAKOS - für das Bundesgebiet.

2009 wurden zusätzlich die Kontaktdaten der kommunalen Selbsthilfegruppenangebote in das NRW Internetportal des DPWV „[www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de)“ eingegeben, die mit der Datenveröffentlichung einverstanden waren. Die damit verbundene Pflege bzw. Aktualisierung der eingegebenen Daten wird durch die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen der Stadt Wuppertal geleistet.

In einer neu eingerichteten Infotheke konnten die detaillierten Informationen über Krankheitsbilder, Behinderungen oder soziale Probleme in Form von Faltblättern, Broschüren, Infomappen, Zeitschriften und Fachliteratur übersichtlich gestaltet und vom Angebotsspektrum ausgeweitet werden.

Auch die effektive Kooperation mit niedergelassenen Ärzten, Therapeuten, Krankenhäusern und gesetzlichen Krankenkassen ist Bestandteil eines regen Informationsaustausches und einer Vernetzung der Arbeit.

Die Koordinatorin der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen, Frau Roswitha Brauer, bewarb sich 2009 um ein Fortbildungsprogramm über die NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zu Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen) zum Thema „Verbesserung zwischen Selbsthilfekontaktstellen, Selbsthilfegruppen und Kliniken durch Fortbildung“ sowie zur Fortbildung der KOSKON zum Thema „Selbsthilfe - Kontaktstellen als Partner eines selbsthilfefreundlichen Krankenhauses – Moderation von Qualitätszirkeln“.

Durch diese Vernetzung soll eine bessere Patientenberatung über das Selbsthilfegruppenangebot ermöglicht werden, damit Patienten/Innen nach einem Krankenhausaufenthalt Wege zu einer entsprechenden Selbsthilfegruppe aufnehmen können oder bereits schon im Krankenhaus ein beratendes Gespräch mit einer Selbsthilfegruppenkontaktperson führen können.

Bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen bietet die Kontakt- und Beratungsstelle Informationen - unter anderem über so genannte Starterpakete - sowie Unterstützung bei der Organisation und Öffentlichkeitsarbeit.

Bestehende Gruppen werden in ihrer Arbeit unterstützt - beispielsweise durch das Angebot von Veranstaltungen und Projekten, Bereitstellung von Räumlichkeiten und dem Transfer von aktuellen Informationen.

Bei Antragstellung können Fördermittel zur Verfügung gestellt werden. Hierzu stellt die Stadt Wuppertal ein Fördermittelbudget im Haushalt bereit. Durch das kommunale Fördermittelbudget konnten auch im Jahr 2009 zahlreiche Gruppen auf Antragstellung in ihrer Arbeit finanziell unterstützt werden.

In dem folgenden Bericht wird dargestellt, wie der Unterstützungs- und Koordinationsauftrag im Jahr 2009 umgesetzt und gestaltet wurde.

## **II. Träger**

Die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen wurde Anfang August 2006 bei der Stadt Wuppertal im Bereich Psychosoziale Planung und Planung für Menschen mit Behinderungen im Ressort Soziales eingerichtet.

## **III. Finanzielle, personelle und räumliche Ausstattung**

Die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen wurde bisher durch Finanzmittel der Stadt Wuppertal finanziert.

Sie war zunächst mit einer Diplom - sozialpäd. Fachkraftstelle (39 Stunden) besetzt und ab dem 15.08.08 erfolgte eine personelle Ausweitung durch eine Verwaltungsfachkraftstelle mit 23,5 Stunden, um den personellen Ausstattungskriterien, die als Voraussetzung für den Erhalt von Fördergeldern durch das Land und die Landeskrankenkassen vorgegeben sind, zu erfüllen. Für das Jahr 2009 konnten infolgedessen erstmalig Fördermittelanträge gestellt werden.

Über die Beantragung von Landesfördermitteln für das Haushaltsjahr 2009 wurde bei der Bezirksregierung Düsseldorf und beim Landesverband der Landeskrankenkassen Westfalen-Lippe positiv entschieden.

Durch Landesförderung können nunmehr die geplanten Projekte für 2009 umgesetzt werden.

Das Kontakt- und Beratungsbüro befindet sich im Verwaltungsgebäude Elberfeld in zentraler Innenstadtlage und ist barrierefrei zu erreichen.

Die Büros in den Räumen 308 und 307 stehen für Beratungsmöglichkeiten zur Verfügung.

## IV. Statistik 2009

### 1. Anfragekontakte

Im Jahr 2009 registrierte die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen insgesamt 2049 Anfragekontakte per E-Mail, telefonisch oder durch persönliche Wahrnehmung der Beratungsmöglichkeit im Büro. Davon waren 647 persönliche und 576 telefonische Anfragekontakte und 826 E-Mail-Anfragen. Die eingehenden Kontakte auf den Internetseiten der Selbsthilfegruppen unter [www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen) sind hierin nicht erfasst.

Eine Zunahme von Kontakten über die Einsicht in die Internetseiten der Stadt Wuppertal zum Thema Selbsthilfe ergibt eine Verschiebung von „persönlichen Anfragen“ zu „unpersönlichen“ Anfragen. Die persönlichen Anfragen entwickeln sich verstärkt zu einer komplexen Beratung. Insofern können sich Zugriffe auf das Internetangebot und persönliche Kontakte ergänzen.

<b>Kontakte</b>	<b>2049</b>
Persönlich	647
telefonisch	576
schriftlich (E-Mail / Post)	826

### 2. Differenzierung der Anfragekontakte

Betroffene Bürger/Innen nehmen Kontakt zu Themen der Selbsthilfe auf, oder Angehörige fragen für Betroffene oder für sich selbst nach einer Angehörigenselbsthilfegruppe.

Auch in Vertretung für Betroffene durch Professionelle, Bekannte oder Freunde wird zur Beratungsstelle Kontakt aufgenommen.

<b>Kontakt mit</b>	
Betroffene/r	320
als Angehörige/r	73
in Vertretung für Betroffene	114

Die Kontakt- und Beratungsstelle ist mit ihrem Vernetzungs- und Servicedienstleistungsangebot für die Selbsthilfegruppen Kooperationspartner. Die Anliegen sind differenziert und werden unter Punkt 8 näher erläutert und statistisch dargestellt.

<b>Kontakt mit</b>	
Selbsthilfegruppenteilnehmer/Innen	867

Die Anzahl der Kontakte von Professionellen (Anzahl:638) weist darauf hin, dass zunehmend Ärzte/Innen, Therapeuten/Innen und Sozialarbeiter/Innen ihre Patienten/Innen und Klienten/Innen auf Selbsthilfegruppenangebote hinweisen.

<b>Kontakte</b>	
Professionelle	638
davon Krankenkassen	33
+ sonstige	1

Auch die Krankenkassen sowie die Krankenhäuser kooperieren mit der Kontakt- und Beratungsstelle.

Der zweite Förderdurchlauf nach dem neuen Vergabeverfahren gemäß § 20 c SGB V ist durchgeführt.

Am 02.04.09 war die Kontakt- und Beratungsstelle der Stadt Wuppertal als beratendes Mitglied in der Vergabesitzung der kassenübergreifenden Gemeinschaftsförderung der Selbsthilfe in Wuppertal beteiligt.

Das Fördervolumen im Rahmen der Kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung für die Selbsthilfegruppen in Nordrhein-Westfalen wurde für das Jahr 2009 auf 0,74 € pro Versicherten (aller Krankenkassen in NRW) aufgestockt.

Die kassenartenübergreifende Förderung wurde insgesamt als transparent und vereinfachend eingeschätzt.

Bei der Individualförderung / Projektförderung bleibt der Weg über die Einzelantragstellung bei den örtlichen Krankenkassen bestehen.

Am 06.10.09 gab es eine Beschlussfassung zur Neufassung des Leitfadens zur Selbsthilfeförderung gemäß § 20c SGB V durch den Vorstand der GKV-Spitzenverbände.

Die Ausgaben der Krankenkassen und ihrer Verbände für die Selbsthilfeförderung werden danach im Jahr 2010 für jeden ihrer Versicherten einen Betrag von 0,57 € umfassen.

Ein wichtiges Anliegen wird dahingehend formuliert, die Transparenz über anderweitige Zuschüsse zu steigern.

Die kommende Förderrunde bietet die Chance, die Kooperation zu vertiefen und das Verfahren hinsichtlich der Transparenz, weiterzuentwickeln.

Verschiedene Versorgungseinrichtungen, wie beispielsweise Sozial- und Pflegedienste, Rehabilitationskliniken etc. wenden sich ebenfalls mit Fragen zu Themen der Selbsthilfe an die Kontakt- und Beratungsstelle.

Es ist ersichtlich, dass einmal aufgebaute Kontakte immer wiederkehrend erfolgen und ein Interesse an der Wahrnehmung der Servicedienste vorhanden ist.

### 3. Einzugsbereich

Der Einzugsbereich des/der Anfragers/In in der Statistik wird differenziert nach regionalen und überregionalen Anfragen ausgewiesen.

Im Jahr 2009 wurden regional 1699 und überregional 337 Anfragen erfasst.

<b>Einzugsbereich</b>	
regional	1699
überregional	337

### 4. Geschlechtszugehörigkeit

Der Hinweis auf die Geschlechtszugehörigkeit des / der Kontaktsuchenden zeigt, dass Frauen (Anzahl: 1314) im Vergleich zu Männern (Anzahl: 774) vermehrt Kontakt aufnehmen oder vermitteln.

### 5. Info-Quelle

Die Darstellung der Info-Quelle zeigt die Bedeutung der Öffentlichkeitsarbeit in Form von Selbsthilfe - Flyer etc. (Anzahl: 81) , Medien (Anzahl: 86) Internet (Anzahl: 228) - leider lässt sich die Häufigkeit der Besuche auf den Internetseiten der Stadt Wuppertal zum Suchbegriff „Selbsthilfegruppen“ durch Zählmechanismus nicht gesondert erfassen.

Allein durch telefonische oder persönliche Kontakte im Anschluss, mit dem Verweis darauf, über die Internetseiten Kontakt aufgenommen zu haben, lässt darauf schließen, dass Informationen auch häufig dort gesucht werden und insbesondere von Professionellen für ihre eigene Beratungsarbeit genutzt werden.

Ebenso sind Veranstaltungen bedeutungsvoll für den Informationstransfer zum Thema der Selbsthilfe (Anzahl: 465) sowie die Möglichkeit wiederholt den Kontakt über die örtliche oder überregionale Unterstüztungsstelle aufzunehmen (Anzahl: 311).

<b>Kontakt über ... / Infoquelle</b>	
Selbsthilfe-Zeitung / Wegweiser / Flyer	81
Medien	86
Internet	228
Professionelle	141
Veranstaltungen	465
Selbsthilfeunterstützungsstellen	311
Selbsthilfegruppen	42
Freunde/Innen/Angehöige/Kollegen/Innen	11
sonstige	0

## 6. Anliegen

Selbsthilfeinteressierte und Professionelle haben unterschiedliche Anliegen, mit denen sie an die Kontakt- und Beratungsstelle herantreten.

<b>Anliegen von SH-Interessierten/Professionellen</b>	
Allgemeine Selbsthilfefinfos	229
Austauschinfos	260
Suche nach SHG	398
Gruppengründung	85
Suche nach Profis	76
Öffentlichkeitsarbeit	417
Gremienarbeit / Kooperation	370
Finanzen	71
sonstiges	4

## 7. Themen

Die aufgeführte Themenliste zeigt die Bandbreite der Problemlagen, zu denen Bürger und Bürgerinnen in Wuppertal Selbsthilfegruppen suchen. Dabei ergibt sich für Wuppertal bereits ein Angebotspektrum von 88 Themen.

<b>Auflistung von eigenen Themenbereichen</b>	<b>Summe: 2009</b>
AD(H)S	17
Adipositas	33
Aids	31
Alkoholismus	37
Allergie - Asthma	29
Alter / Senioren	61
Alzheimer / Demenz / Morbus Pick	34
Amalgam - Geschädigte	14
Ambulante Versorgungslücken	35
Aphasie	9
Arbeitssuchende	18
Arterielle Verschlusskrankheiten	12
Arthrogryposis	8
Augenkrankheiten	31
Autismus / Asperger-Syndrom	13
Blindheit	23
Bluthochdruck	13
Borreliose	8
Burn out - Syndrom	5
Chronische Atemwegserkrankungen (COPD)	12
Diabetes	48
Down - Syndrom	4

Durchblutungsstörungen in peripheren Gefäßen	1
Epilepsie	14
Essprobleme / Essstörungen	21
Familie / Partnerschaft	71
Fazialisparese	1
Fibromyalgie	28
Frauen	19
Gehörlosigkeit und Schwerhörigkeit	10
Hepatitis B und C	1
Herzkrankheiten	4
Impfgeschädigte Kinder	1
Integration / Migration	35
Kehlkopfloose	26
Körperbehinderung und geistige Behinderung	122
Krebs	85
Lebererkrankungen / Lebertransplantation	11
Lesben	1
Lupus Erythematodes	16
Männer	8
MCS (multiple chemische Sensibilität) / CFS (chronisches Erschöpfungssyndrom)	3
Marfan	3
Messie-Syndrom	10
Mobbing	19
Morbus Menière	1
Multiple Sklerose	31
Muskelkrankheiten	1
Myasthenie	5
Neurodermitis	1
Nierenkrankheiten	5
Organtransplantation	37
Osteogenesis imperfecta	2
Osteopathie	1
Osteoporose	17
Parkinson	47
Pflegende Angehörige	73
Psoriasis	1
Psychische Probleme und Erkrankungen	302
Rechtsberatung handicap	5
Restless legs	47
Rheuma	11
Sarkoidose	21
Schlafapnoe	1
Schlaganfall	51
Schmerzen	37
Sekten, Kulte, Esoterik sowie "erinnerter Missbrauch"	24

Sexuelle Übergriffe	9
Skoliose	21
Sonstiges	11
Spina bifida / Hydrocephalus	1
Reha-Sport	1
Suchtprobleme	119
Suizid	22
Tinnitus und Morbus Menière	6
Trauergruppe	32
Väter	6
Wachkoma	9
Wirbelsäulenerkrankungen	9
Zöliakie / Sprue	1
<b>Weitere Angaben zu Themen</b>	
DPWV	4
Fachgruppe Beratung	6
IGSB	12
Kontaktstellenaustausch im Städtedreieck	8
KOSA	7
KOSKON	65
Krankenhaus	20
Krankenkassen	22
NAKOS	19
PAW	2
VPSAG	36
Sonstiges	6
<b>Angefragte Selbsthilfethemen außerhalb von Wuppertal</b>	
Amyotrophe Lateralsklerose	2
Asthma	2
Eutonie	4
Guillain-Barré-Syndrom	2
Haarausfall	2
Kleinwuchs	1
Kontinenz	2
Lupus Erythematodes	1
Magenprobleme	4
Polyneuropathie	4
Schädel – Hirn – Trauma	3
Schilddrüse	2
Schulden	2
Stalking	1
Transidentität	2

## 8. Anliegen von Selbsthilfegruppen

Die Darstellung der Anliegen von Selbsthilfegruppen (Anzahl: 1967), bezieht sich auf die Sachverhalte: Organisatorisch Unterstützung Öffentlichkeitsarbeit, Starthilfe / Anleitung, Gruppendynamik, Fort- und Weiterbildung, Vermittlung von Profis, Fördermittel, Austausch aktueller Infos, Gremienarbeit / Kooperation / Netzwerk / Veranstaltungen, sonstiges.

<b>Anliegen von Selbsthilfegruppen</b>	1967
Organisatorische Unterstützung	258
Öffentlichkeitsarbeit	578
Starthilfe/ Anleitung	21
Gruppendynamik	55
Fort- und Weiterbildung	12
Vermittlung von Profis	32
Finanzen, KK-Förderung	125
Austausch aktueller Infos	617
Gremienarbeit / Kooperation / Netzwerk	269
sonstiges	

## V. Hilfe bei Neugründung von Selbsthilfegruppen

Die Initiatoren/Innen, die eine neue Selbsthilfegruppe gründen möchten, erhalten eine umfangreiche Beratung zur Gruppengründung und werden nach Bedarf in der Startphase unterstützt. Die folgenden Punkte werden im Beratungsgespräch erörtert:

- Wer soll erreicht werden?
- Wege der Bekanntmachung über Flyer, Beratungsstellen, Krankenhäuser, Krankenkassen, Ärzte, Presse
- Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit (Flyergestaltung, Pressehinweise etc.)
- Unterstützung bei der Raumbereitstellung
- organisatorischer Ablaufplanung des Gründungstreffens
- bei Bedarf weitere Begleitung des gruppendynamischen Prozesses in der Anfangsphase
- Beratung über Fördermittel und Bewilligung von städt. Fördermitteln nach geltenden Richtlinien

## **Neugründungsgruppen im Jahr 2009**

14.01.09 Gespräch zur Neugründung einer Diabetes-Selbsthilfegruppe mit Frau Reinhold und Frau Kremer von der Sugar-Team Selbsthilfegruppe.

Am 19.02.09 startet die Selbsthilfegruppe Sugar-Team mit dem Gründungstreffen in der diabetologischen Praxis der Klinik Vogelsangstraße. Frau Dr. Kalfhaus referiert zum Thema: „Neue Ansätze in der Diabetestheorie“. Die Folgetreffen finden jeweils am 3. Donnerstag im Monat um 18.30 Uhr statt.

05.03.09 Gespräch zur Neugründung einer Lupus Erythematodes - Selbsthilfegruppe mit Frau Winterstein. Unterstützung der Neugründung durch Pressemeldungen und Veröffentlichung im Internet.

Am 07.03.09 startet die neue Regionalgruppe für Lupus Erythematodes unter der Leitung von Frau Mira Winterstein, die selbst betroffen ist und schon über zehn Jahre Erfahrung mit der Erkrankung hat. Im Klinikum-Barmen an der Heusnerstraße stellt Frau Winkler- Rohlfiing als Vorsitzende die Arbeit und Bedeutung der bundesweiten Selbsthilfegemeinschaft vor. Herr Peter Winterstein referiert als Jurist und Leiter des Amtsgerichtes Schwerin zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Herr PD Dr. Dirschka referiert als Dermatologe zum Thema Hautprobleme und deren Therapie. Lupus Erythematodes ist eine Erkrankung des menschlichen Abwehrsystems. Statt den Körper zu schützen, greift es ihn an und zerstört ihn. Heilen kann man Lupus bis heute nicht, aber eine frühe und richtige Behandlung kann meist die Zerstörung der Organe verhindern. Die Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft mit Sitz in Wuppertal unterstützt seit über 20 Jahren Patienten mit der Erkrankung in Wuppertal und bundesweit. Darüber hinaus gibt es bundesweit noch über 80 Regionalgruppen.

20.03.09 – Gespräch zur Gründung einer Selbsthilfegruppe „Gewalt gegen Frauen“. Im weiteren Verlauf kam es nicht zu der geplanten Gruppengründung. Dennoch führte die Liste der Suchanfragen zu einer Kontaktvermittlung mit einer weiteren Ratsuchenden zum Thema. Auch der Weg über die Austauschmöglichkeit mit ein oder zwei Personen, die sich mit dem gleichen Anliegen zusammenfinden, kann bereits eine Hilfestellung bedeuten.

14.05.09 – Gespräch zur Gründung einer Adipositas - Selbsthilfegruppe in Wuppertal. Bisher deckte die gute Kooperation mit der Adipositas - Selbsthilfegruppe in Solingen die Anfragen nach einer SHG ab, da die durchgeführten Gruppentreffen sowohl in Solingen als auch in Wuppertal stattfanden.

Die Zunahme der Anfragen führen zusätzlich zu einer Neugründung, wodurch die Solinger SHG gruppengrößenmäßig entlastet wird und ein nahe gelegener Treffpunkt für Wuppertaler Adipositasranke angeboten werden kann.

Eine Kooperation der beiden Gruppen bleibt bestehen.

Die Wuppertaler Gruppe startet am 04.08.09 mit ihrem ersten Gruppentreffen im Helios - Klinikum Wuppertal.

Im Vorlauf wurde am Infostand der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen bei den Gesundheitstagen im Juni 2009 durch Info-Flyer auf die Neugründungsgruppe hingewiesen.

26.05.09 - 1. Gespräch zur Gründung einer Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige.

22.06.09 - 2. Gespräch zur Gründung einer Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige mit Frau König von der Pflegeberatung der Stadt Wuppertal und Frau Greb vom VdK. Bei diesem Vorgespräch wurde beraten, ob der VdK als Sozialverband Kooperationsmöglichkeiten anbieten kann.

25.06.09 – Gespräch zur Gründung einer Selbsthilfegruppe für Eltern mit behinderten Kindern.

02.07.09 – Gruppengründungstreffen der Selbsthilfegruppe „Angst und Panikattacken“ im SPZ Barmen mit der Option eine zweite Gruppe ins SPZ Elberfeld zu verlagern, damit die Bedarfsanfragen in den Stadtteilen Barmen, Elberfeld, Vohwinkel mit einem Angebot abgedeckt werden können.

07.07.09 – Gespräch mit Redaktionsmitgliedern der Selbsthilfe-Zeitschrift „**SpatZ**“.

Ein Redaktionsteam für eine Selbsthilfezeitung zum Thema Psyche „**SpatZ**“ hat sich gegründet.

Die 1. Auflage ist fast druckfertig und kann zum SPZ - Fest im August verteilt werden.

Über Sponsoren werden die Preise für die Gewinner des, in der Zeitschrift enthaltenen, Preisrätsels finanziert.

Die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen unterstützt die Zeitschrift finanziell bei den Druckkosten.

Artikel zum Thema Psyche können von den anderen Selbsthilfegruppen für die nächste Ausgabe über das Sozialpsychiatrische Zentrum in Elberfeld (z. Hd. Herrn Rolf) und Barmen (z. Hd. Frau Helmer) oder über die Kontakt- und Beratungsstelle (z. Hd. Frau Brauer) an das Redaktionsteam weitergeleitet werden.

24.07.07 Herr Spieß stellt sich als Kontaktperson der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen vor. Das Selbsthilfeangebot richtet sich an Betroffene und Angehörige.

Die Treffen sind jeweils mittwochs von 20.00 Uhr bis 21.30 Uhr geplant.

Die Vernetzung zu den Gruppen des VPSAG wird für die nächste Sitzung terminiert. Die Gruppengründung wird im Internet veröffentlicht.

04.08.09 – Gründungstreffen der Adipositas–Selbsthilfegruppe im HELIOS-Klinikum Wuppertal, Heusnerstr. 40 in Wuppertal Barmen. Die Gruppe wird sich in der Folge jeweils jeden 1. Dienstag im Monat um 19.00 Uhr treffen.

06.08.09 Eine neue Tinnitus-Selbsthilfegruppe meldet sich bei der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen. Die Gruppe ist der Deutschen Tinnitus-Liga angeschlossen. In der Gruppe erhalten Ratsuchende Informationen zu Tinnitus und Morbus Menière.

28.10.09 – Beratungsgespräch zur Gründung einer Selbsthilfegruppe für junge Menschen mit Angst. Zielgruppe 18 bis 35 Jahre. Diese Gruppe möchte ihr Augenmerk auf jüngere Menschen richten, die sich durch Ängste an der Verwirklichung ihrer Lebensziele gehindert fühlen.

10.12.09 - Kooperation mit dem Deutschen Diabetiker Bund / Landesverband NRW, der AWO Wuppertal und dem Nachbarschaftsheim e.V. Wuppertal – Austauschgespräch zum Thema Diabetes bei türkischsprachigen Mitbürgern/Innen. Ein zunehmender Bedarf wird festgestellt. Es besteht die Bestrebung auf den bestehenden und zunehmenden Bedarf eine Selbsthilfegruppe in Gang zu setzen und eine Vernetzung mit der bereits bestehenden Selbsthilfegruppe zum Thema Diabetes aufzubauen. Durch ein, von dem BKK- Landesverband, gefördertes Projekt kann die Inangangsetzung der Selbsthilfegruppengründung finanziell unterstützt werden.

## **VI. Projekte**

19. 03.09 - Eröffnung des ersten Generationenbüros in Wuppertal Die Brücke – Wuppertal e. V. im Museumsbistro Ankerpunkt des historischen Zentrums Engelsstraße 18, 42283 Wuppertal Es bietet sich eine weitere Vernetzungsmöglichkeit zwischen Selbsthilfegruppen-Teilnehmern/Innen mit dem Generationenbüro „Die Brücke“ als Anlaufstelle und Kommunikationszentrum für Alt und Jung. Die Chance zu einer kooperativen Zusammenarbeit sollte genutzt werden.

Das Vorhaben, eine Zeitschrift zum Thema Psyche herauszugeben, wird von der Kontakt- und Beratungsstelle unterstützt und gefördert. Eine Vernetzung des Redaktionsteams mit den Selbsthilfegruppen zu dem Themenkreis Psyche wird angestrebt, damit die Ansprechpartner/Innen für die Eingabe von Artikeln den einzelnen Gruppen bekannt sind. Die erste Ausgabe erscheint zum SPZ - Fest im August und für die zweite Ausgabe im Dezember können noch Beiträge eingereicht werden.

14.12.09 – Herausgabe des Selbsthilfewegweisers als Broschüre.

Wer eine Selbsthilfegruppe im Bereich Gesundheit oder zu sozialen Angelegenheiten in Wuppertal sucht, findet in dieser Broschüre eine Übersicht über das aktuelle Angebot.

Die Broschüre in DIN A 5 - Format ist somit - über die Internetversion hinaus - eine zusätzliche Handreichung, die die Suche nach einer Selbsthilfegruppe erleichtern soll.

Ähnlich wie im Gastronomiewegweiser für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen, wird auch hier auf die Zugangsmöglichkeiten - nach den entsprechenden Barrierestufen - der Gruppentreffen hingewiesen.

Die jeweilige Aktualisierung der Daten erfolgt unter  
**[www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen)**

Im Gremium der Selbsthilfegruppen wird der Selbsthilfewegweiser beim Jahresabschlusstreffen vorgestellt und kommt in der Folge über eine Verteilaktion in Umlauf.



## **VII. Unterstützung der Arbeit von bestehenden Selbsthilfegruppen und -vereinen**

- Besuche der Gruppen zu Themenabenden
- Unterstützung bei Veranstaltungen
- Presseartikel zu Themen oder Veranstaltungen der Selbsthilfegruppen
- Organisatorische und finanzielle Unterstützung beim Druck von Informationsflyern, Posterplakaten etc. für Selbsthilfegruppen
- Organisatorische Unterstützung der Raumbereitstellung durch das zur Verfügung stehende Raumbuchungssystem und Angebot weiterführender Raumkapazitäten.
- Öffentlichkeitsarbeit z.B. Auslage von Infomaterialien in der Infotheke
- Referentenvermittlung zu spezifischen Sachthemen:  
z.B. Referate zu Gesundheitsthemen etc.

## **VIII. Regionale und überregionale Gremienarbeit**

- Austauschgespräche im Team der psychosozialen Planung, Behindertenplanung, Sucht- und Psychiatriekoordination wöchentlich bzw. 14-tägig.
- GSB – ¼-jährliche Versammlungen als Vertreterin der Stadt Wuppertal
- VPSAG – monatliche Sitzungstermine als Vertreterin der Stadt Wuppertal
- Fachgruppe Beratung in Lebensfragen - 2-monatliche Fachgruppentreffen
- Team „Ausbau der Beratungs- und Informationsangebote –ambulant vor stationär“
- Ausschuss für Gesundheit, Soziales und Familie  
1 x im Jahr – Jahresbericht
- Seniorenbeirat - 1 x im Jahr – Jahresbericht
- Behindertenbeirat - 1 x im Jahr – Jahresbericht
- Ausschuss für die Gleichstellung von Frau und Mann  
1x im Jahr – Jahresbericht
- KOSKON Landesarbeitskreis NRW  
¼-jährliche LAK-Treffen
- 1 x im Monat Arbeitsgruppe „Ausbau der Beratungs- und Informationsangebote - „ambulant vor stationär“ (Netzwerke)

## **IX. Veranstaltungen und Kooperation mit Akteuren der Versorgungsregion**

23.01.09 - Info-Tag der Selbsthilfegruppen

SHG-Schmerz - Leitung Frau Rosemarie Faber

Skoliose-Selbsthilfe e.V. - Leitung Herr Klaus Bothe

SHG-Epilepsie e.V. - Leitung Frau Monika Rosentreter

im Sankt Josef Krankenhaus - Zentrum für Orthopädie und Rheumatologie  
Bergstr. 6 – 12 in Wuppertal Elberfeld.

An den Infoständen der 3 Selbsthilfegruppen können sich Interessierte über die Erkrankungen und die Arbeit der Selbsthilfegruppen erkundigen. Von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr wird zum Thema Schmerztherapie eine Allgemeine Fragestunde angeboten.

Herr Dr. med. Thomas Cegla (Chefarzt im Sankt Josef Krankenhaus)

Um 17.00 Uhr beginnt ein Vortrag zum Thema Skoliosebehandlung durch Physiotherapeuten und Orthopädietechnik

Referenten :

Herr Dr. med. Jörg Lersmacher (Chefarzt im Sankt Josef Krankenhaus),  
Herr Wolfgang Schäfer (leitender Physiotherapeut im Sankt Josef Krankenhaus),

Herr Matthias Herbst (Orthopädie – Techniker aus Köln).

Um 18.30 Uhr beginnt ein Vortrag zum Thema Epilepsie und Angst  
Referent: Dr. med. Paul Heinrich Pflingsten (Neurologe mit Praxis in Wuppertal).

Samstag, 07.02.09 - Informationsaustausch bei einem Besuch in der Sarkoidose – Selbsthilfegruppe.

Samstag, 28.02.09 - Teilnahme an der Veranstaltung der SHG Lebertransplantation zum Thema „Gesundheitsreform“.

10.03.09 - Der KOSKON - Landesarbeitskreis tagt in Wuppertal.

11.03.09 – Die Eutonie - Therapeutin Frau Killmer-Emde stellt die Methode der Eutonie nach Gerda Alexander bei der Sitzung des VPSAG vor. Es besteht die Möglichkeit, dass Selbsthilfegruppenteilnehmer/Innen bei einem Selbsthilfegruppentreffen die Auswirkung der Eutonie - Anwendung erproben.



19.03.09 – Teilnahme in der „Arbeitsgruppe Ausbau der Beratungs- und Informationsangebote – ambulant vor stationär“ (Optimierungspotentiale der Netzwerke).

20.03.09 - Die Selbsthilfe ist beteiligt an der Veranstaltung „3 Jahre Bündnis gegen Depressionen in Wuppertal“



Referate zum Thema:

Was war – was wird – 3 Jahre Bündnis gegen Depressionen Wuppertal

Referent: Herr Dr. med. Ewald Proll

Depression – Stigma oder Volkskrankheit?

Referenten: Frau Dipl. Psych. Angelika Mahnkopf und Herr Dr. med. Olaf Bick

Selbsthilfe im Zwiegespräch von zwei betroffenen Selbsthilfegruppenteilnehmern.

Das Bertha Tanztheater ist ein bundesweit einzigartiges Projekt, das sich zum Ziel gemacht hat, die Psychiatrie für die Öffentlichkeit zugänglich zu machen, um mögliche Berührungängste und Vorurteile abzubauen. Patienten treten tanzend in Kontakt und mobilisieren ihre gesunden Ressourcen. Gleichzeitig gewinnen Zuschauer Einblick in die heutige Reform-Psychiatrie.



16.04.09 – Veranstaltung zum Thema „Ambulante Versorgungslücken nach Krakenhausaufenthalt“.

Frau Rütten von der SHG aus Bremen stellt die Arbeit der Selbsthilfegruppe vor. Am Abend der Veranstaltung findet sich eine Ansprechpartnerin für Wuppertal, um eine Vernetzung des Themas zu gewährleisten.

Die Selbsthilfegruppe setzt sich für eine Neuregelung des § 37, Absatz 1 SGB V (Sozialgesetzbuch V) ein und beabsichtigt eine Petition an den Deutschen Bundestag zu leiten. Es werden 50.000 Unterschriften benötigt, damit sich der Bundestag mit dem Anliegen zur Neuregelung beschäftigt.

Samstag, 25.04.09 – „Wuppertaler gegen den Schlaganfall“ in der Stadthalle. Kliniken St. Antonius, Bethesda Krankenhaus Wuppertal, Helios Klinikum Wuppertal und Feuerwehr Wuppertal.

In Kooperation mit dem HELIOS Klinikum, Frau Dr. Caroline Muhl und Herrn Grabert, sind die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen der Stadt Wuppertal und die Selbsthilfegruppen bei Schlaganfall VSB Eheleute Eyl, Frau Longrée von der Physiotherapiepraxis sowie die SHG Attacke – junge Schlaganfallpatienten Frau Hebel an einem Infostand vertreten.



08.05.09 - 4. Tag der Menschen mit Behinderung auf dem Rathausvorplatz. Die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen beteiligt sich mit einem Infostand.

Durch ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm und durch das Angebot zahlreicher Informationsstände erfreute sich die Veranstaltung einer guten Resonanz.



09.05.09 - Der Tag der offenen Tür in der neuen Geschäftsstelle des Blindenvereins der Stadt Wuppertal / Gronaustraße 95 bietet die Möglichkeit zum Gedankenaustausch für Blinde, Sehbehinderte und deren Angehörige sowie für Interessierte. Es werden wissenswerte Informationen über verschiedenste Blindenhilfsmittel gegeben.



14.05.09 - Die Parkinson-Selbsthilfegruppe lädt zur Lachtherapie in die Gruppe ein. Frau Sylvia Rieburg – Ganns, Personal Coach und Lachtherapeutin, stellt mit praktischen Übungen dar, welche Wirkung das Lachen auf den Menschen ausübt.

„Lachen stärkt das Immunsystem, ... aktiviert Glückshormone, ... ist ein effektives Mittel gegen Stress, ... schafft Gemeinsamkeit zwischen Menschen, ... wird völkerübergreifend verstanden .....“



27.05.09 - Am Welt-Multiple Sklerose-Tag gibt die MS-Selbsthilfegruppe an einem Infostand in der Fußgängerzone am Alten Markt in Wuppertal Barmen Informationen über die Erkrankung und die Möglichkeit von gesundheitlichen Unterstützungsmethoden sowie über die Angebote der Selbsthilfegruppe.



13.06.09 - 20-jähriges Jubiläum des Sarkoidose - Gesprächskreises Wuppertal  
Grußworte des Bürgermeisters der Stadt Wuppertal und Schirmherrn, Herrn Lorenz Bahr und Grußwort des 1. Vorsitzenden der Deutschen Sarkoidose – Vereinigung e. V. Herrn Dr. B. Quadder.

Frau Körle erhielt die Dankurkunde der Deutschen Sarkoidose-Vereinigung e. V. für 20 Jahre ehrenamtliches Engagement in der Leitung des Sarkoidose-Gesprächskreises Wuppertal sowie für ihre Funktion als langjähriges Vorstandsmitglied und Deligierte der Deutschen Sarkoidose-Vereinigung e. V.

Fachvorträge der Referenten:

Herr Dr. med. W. Schulte – Kardiologe und Pulmologe / UNI – Klinik Bonn,

Herr Dr. med. P. Puhala - Neurologe,  
Herr Dr. med. von Schmiedeberg – Dermatologe und Umweltmediziner /  
Düsseldorf,  
Herr Stefan Tietz – Deutsche Rentenversicherung  
Erfahrungsberichte und Problemfälle der Sarkoidose wurden von Herrn Oster  
aus Koblenz vorgestellt.  
Musikalische Unterhaltung: Herr Siebeneicker von der Bergischen Musikschule.

13.06.09 - 9. Wuppertaler Rheumatag im Krankenhaus Sankt Josef – Zentrum  
für Orthopädie und Rheumatologie in Wuppertal Elberfeld  
zum Thema „Osteoporose? – Gesunde Knochen = starke Knochen.

15.06. - 17.06.09 - Gesundheitstage in den Cityarkaden  
Die Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen der Stadt  
Wuppertal ist an allen 3 Tagen mit einem Infostand vertreten.  
Des weiteren beteiligen sich die Selbsthilfegruppen Schmerz, Rheumaliga,  
Skoliose, Diabetes, Atemwegserkrankungen, Lebertransplantation,  
Schädel- Hirntrauma und Fibromyalgie, Krebs-Selbsthilfegruppe nach der  
Unterstützungsmethode von Dr. O. C. Simonton und der Selbsthilfegruppe  
Der Deutschen ILCO für Stomaträger und Menschen mit Darmkrebs an der  
Veranstaltung.





Im Rahmen der Reihe Infotreff psychische Erkrankungen fand am 17.06.09 um 18.00 Uhr eine Veranstaltung zum Thema „Angst: meist Gefühl, manchmal auch Krankheit statt. Referent: Dr. Nikolaus Michael von der Stiftung Tannenhof  
Informationen zu Möglichkeiten der Selbsthilfe: Roswitha Brauer von der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen der Stadt Wuppertal.

Im Anschluss an die Veranstaltung kam es noch zu einem Austausch. Zahlreichen Anmeldungen zum Besuch einer Selbsthilfegruppe aus dem Besucherkreis der Veranstaltung führten zur Neugründung einer SHG.

18.06.09 - Einladung zum Infomarkt 2009.

im Krankenhaus Sankt Josef, Bergstr. 6 -12 Wuppertal Elberfeld. Informationen zum Thema Datenschutz, Leitbild, Risiko-Management, Alarm im Krankenhaus und Visitation wurden durch das QM-Team vermittelt.

18.06. – 21.06.09 - Aktionswoche Alkohol in den City-Arkaden Wuppertal.

Mit dabei waren "Schulterschluss bei Sektenbetroffenheit e. V." gemeinsam mit der Selbsthilfegruppe für Angehörige nach einem Suizid, die dem Verein für Psychosoziale Selbsthilfe- und Angehörigengruppen in Wuppertal angehören.





01.07.09 - Teilnahme an der Veranstaltung „Wenn die Psyche krank wird ... führt der Weg zwangsläufig in die Klinik?“

Begrüßung und Eröffnung durch den Dezernenten für Soziales, Jugend und Integration, Herrn Dr. Stefan Kühn;

Rückzugsräume in Bremen – Erfahrungsbericht des Leiters der Abteilung Psychiatrische Pflege der Gesellschaft für ambulante psychiatrische Dienste GmbH e.V. – GABSY, Herrn Wesseloh;

„Rückzug - auch in Wuppertal?“

Das Konzept Krisenbetten für die Stadt Wuppertal wird von Frau Dahlheim, Frau Spitzer, Frau Berten, Herrn Diebels, Herrn von Brocke und Herrn Proll präsentiert;

im Anschluss findet ein Austausch über die Situation in Wuppertal und Formen einer möglichen Zusammenarbeit mit dem Ziel statt, ein solches Angebot in Wuppertal aufzubauen.

21.07.09 - Nationaler Gedenktag für verstorbene Drogenabhängige in der Fußgängerzone am Döppersberg.

An zahlreichen Infoständen wird über Beratungs- und Selbsthilfeangebote informiert.

In einem Gedenkgottesdienst wird an die, durch Drogen Verstorbenen gedacht.



05.08.09 - Kooperation mit der Pflegeberatungsstelle zur Vorbereitung der Berg. Demenzwoche zum Thema Selbsthilfe.

in der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen findet ein Kooperationsgespräch mit Herrn Schmidt-Hütter und Vertreterinnen der Demenz-Selbsthilfegruppen statt.

Es wird erörtert, eine Podiumsdiskussion zum Thema

„Die Würde des Menschen ist unantastbar – wie können Angehörige angemessene Unterstützung bieten?“ vorzubereiten.

Moderationsleitung: Frau Brauer von der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen.

06.08.09 - Arbeitsgruppe zum Thema „Optimierungspotentiale – ambulant vor stationär“ in der Pflegeberatungsstelle.

12.08.09 - Teilnahme an der Veranstaltung der Pflegeberatungsstelle „Neuer Blick auf die Pflege“ im Lichthof des Rathauses Barmen.

27.08.09 - Vorstellung des Jahresberichtes 2008 im Seniorenbeirat.

31.08.09 - 25 Jahre Beratungsstelle „Behindert - na und? “ E.V.

Bilderausstellung und Vorstellung der neuen Infobroschüren

zu den Themen: Spastik, Osteogenesis Imperfekta, Down Syndrom, Epilepsie, Hyperaktivität, Autismus.

11.09.09 - Patientennetzwerk in NRW

Einladung zur Fachtagung „10 Jahre für starke Patienten“

Referat

„Wie suchen sich Patienten/Innen einen Arzt oder ein Krankenhaus? - Ein Blick in die aktuelle Studienlage“

Referent: Prof. Max Geraedts, Uni Witten Herdecke

Arbeitsgruppen

Wie finde ich

1. den richtigen Arzt,

2. das richtige Krankenhaus oder

3. das richtige Versorgungsmodell für meine Erkrankung?

- Hausarztmodelle und Co? – Neue Versorgungsformen -

An konkreten Beispielen werden Informationsangebote im Internet ausprobiert.

Abschließend soll eine gemeinsame Bewertung dieser Angebote im Verhältnis zu den Anforderungen von Patienten/Innen erarbeitet werden.

Diskussion über das Thema:

Die schwierige Suche nach dem richtigen Arzt oder Krankenhaus – Was brauchen Patienten/Innen?

Dr. Dundula Berger, Bürgerberatung Ärztekammer Westfalen-Lippe,

Gregor Bornes, Gesundheitsladen Köln e.V.,

Gunnar Geuter, Universität Bielefeld,

Marin Heumann, Krankenhauszweckverband Köln, Bonn und Region,

den Sprechern der Arbeitsgruppen und dem Publikum.

26.09.09 - 30-jähriges Jubiläums des Bezirksvereins der Kehlkopflösen Bergisch Land e.V.

Vorsitzender: Herr Dieter Hardt,  
Stellvertretender: Vorsitzender Herr Bernd Heichel,  
KassiererIn: Frau Ursula Kapitza

07.10.09 - 10-jähriges Jubiläum der Selbsthilfegruppe Schmerz der Schmerzliga e.V. im Rex-Forum.

Das Programm wird durch das Ensemble von Lilo Duwe gestaltet.  
Frau Faber erhält den Landesnachweis NRW „Engagiert im Ehrenamt“ durch Frau Brauer von der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen im Namen des Oberbürgermeisters überreicht.



Am 11.10. erhält Herr Krefting, als Vorsitzender der Interessengemeinschaft der Selbsthilfegruppen behinderter Menschen in Wuppertal, den „Wuppertaler“ als Ehrung für seine Verdienste im Ehrenamt.

Frau Pelka – Schriftführerin im IGSB - nimmt stellvertretend die Ehrung durch den Oberbürgermeister, Herrn Peter Jung, entgegen.

Im Oktober nahmen 8 Frauen der Selbsthilfegruppe Pro Retina an einem Selbstverteidigungskurs teil, der von 2 Lehrerinnen betreut wurden. Der Kurs dauerte 6 Stunden. Durch Rollenspiele lernten die teilnehmenden Frauen, sich verbal zu wehren und die Anwendung von Wendo - Hand- und Fußabwehrtechniken einzuüben.

Am Ende dieses Tages waren sich die Frauen sicher, dass ihnen diese Übungsstunden zu mehr Selbstsicherheit verholfen haben.

Die Teilnehmerinnen brachten beim Selbsthilfegruppentreffen im November ihre Begeisterung zur Sprache und nun wollen im nächsten Jahr auch andere Frauen der Selbsthilfegruppe daran teilnehmen. Dann heißt es: Sehbehinderte Wuppertalerinnen lassen sich auf Wendo ein! (Berichtet von der Gruppensprecherin, Frau Karin Ziegler).

Im Rahmen der Kooperation zwischen Krankenhaus und Selbsthilfe findet am Samstag, dem 31.10.2009 der „Tag der Selbsthilfegruppen“ im HELIOS Klinikum Wuppertal statt.

Der Veranstalter ist der Förderverein Neurologie Wuppertal e.V.

Ziel des ersten Tages der Selbsthilfegruppen für Patienten mit neurologischen Erkrankungen in Wuppertal ist es, zum einen den Selbsthilfegruppen und Patienten Angebote und Behandlungsmöglichkeiten für Erkrankungen des Nervensystems in der Klinik für Neurologie vorzustellen.

Für Ärzte, Therapeuten, Pflegepersonal, medizinische Assistenten/Innen und auch Mitarbeiter/Innen des Patientenservicecenters / Sozialdienst bietet sich die Gelegenheit in Kooperation mit der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen der Stadt Wuppertal und den Selbsthilfegruppen zum neurologischen Themenkreis nach den Maßgaben der Qualitätskriterien eine Kooperation zwischen Selbsthilfe und Krankenhaus Kontakte aufzubauen bzw. zu intensivieren.

Themen des Programms:

Stellenwert und Bedeutung von Selbsthilfegruppen aus Sicht der Klinik  
(Prof. Dr. S. Isenmann - HELIOS Klinikum)

Psychosoziale Aspekte chronischer neurologischer Erkrankungen  
(Dr. H. Ringendahl - HELIOS Klinikum)

Vorstellung der Selbsthilfegruppen und deren inhaltliches Angebot  
(Moderation Dipl. Soz. Päd. R. Brauer – Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen der Stadt Wuppertal)

Erfahrungs- und Informationsaustausch  
und Formulierung von Qualitätskriterien und selbsthilfefreundlicher Standards.  
Für 2010 wird ein Folgetreffen verabredet.



Am 12.11.09 findet im Rahmen der Bergischen Demenzwochen eine Gesprächsrunde zum Thema: „Die Würde des Menschen ist unantastbar“ statt.  
- Wie können Angehörige angemessene Unterstützung leisten?  
- Was können Selbsthilfegruppen leisten?

Die Veranstaltung ist geplant in Kooperation mit der Pflegeberatung der Stadt Wuppertal und der AOK Rheinland/Hamburg im Gebäude der Regionaldirektion Wuppertal in das dortige Rahmenprogramm zum Thema: „Wer bin ich? – Erinnerungen an vergessene Zeiten“  
Bei der die Pflegeberatung der AOK Tipps und praktische Hilfen anbietet.

21.11.09 - Messie - Syndrom - Fachtagung mit dem Thema: Wege zum Selbst  
„Erwerb individueller und pro sozialer Kompetenz –  
Erwerb von Selbstorganisation zu einem authentischen Leben –  
Individuelle Erstellung von Bewältigungsstrategien“  
Referent Karl-Heinz Bockers von der philosophischen Fakultät der Heinrich-Heine-Universität in Düsseldorf.

26.11.09 - Adventsbasar im Sozialpsychiatrischen Zentrum Barmen



08.12.09 – Weihnachtsfeier in der Selbsthilfegruppe der Kehlkopflösen und Kehlkopferierten Bergisch Land e.V.  
Frau Kapitzka erfreut die Besucher durch Geschichten zur Weihnachtszeit.  
Geburtstagsjubilare werden in besonderer Form geehrt.



Sozialer Weihnachtsmarkt auf dem Willy-Brandt-Platz  
Am Samstag, dem 12.12.09 von 10.30 Uhr bis 20.00 Uhr und  
am Sonntag, dem 13.12.09 von 12.00 Uhr bis 19.30 Uhr nahmen unter  
anderem die Selbsthilfegruppen „Blaues Kreuz“, Elterninitiative für  
akzeptierende Drogenarbeit, Schulterchluss bei Sektenbetroffenheit e.V.,  
Selbsthilfegruppe für Angehörige nach Suizid sowie Projekt 50 e.V. teil  
und informierten über die Unterstützungsmöglichkeiten durch die Selbsthilfe.

Insgesamt konnte als Erlös ein Scheck über 1000 € an den Oberbürgermeister, Peter Jung und Herrn Wolfgang Nielsen von der Wuppertaler Tafel für die Kindertafel überreicht werden.



17.12.09 – Weihnachtsfeier in der Parkinson-Selbsthilfegruppe

In einer großen, fröhlichen Runde von 60 Mitgliedern wird bei Gesang, einer Predigt zur Vorweihnachtszeit von der Gemeindepfarrerin, Frau Weber alljährlich gefeiert.

Bei Kaffee und Kuchen wird auf den Nikolaus gewartet.



Im Bischofsgewand erscheint Herr Müller – 1. Vorsitzender der Parkinson-SHG

## **X. Kooperation mit Professionellen**

Ab 2009 wurde die Statistikerfassung um die Erfassung der ausgehenden Kontakte der Selbsthilfekontaktstellen in NRW mit Professionellen erweitert. Detaillierte Angaben hierzu werden mit dem Leistungsnachweis 2009 und dem Neuantrag auf Fördermittel für 2010 an den Landeskrankenassenverband geleitet.

Folgende Kriterien werden bei den Kontakten mit Professionellen erfasst: Verwaltung, Beratungsstellen, Krankenkassen, Fürsorgestelle, Medizinische Fachkräfte, ambulante / stationäre Einrichtungen, Kontakte zu anderen Selbsthilfe-Kontaktstellen, Selbsthilfe-Kontaktstelle – (Aus-) Bildungsträger, Wohlfahrtsverbände, Presse / Medien, Politik, Gremien, Referentenvermittlung, Kooperation mit anderen sozialen Einrichtungen.

In den statistischen Erfassungsbögen wird versucht eine knappe Darstellung der Vernetzungskontakte darzustellen. Aufgrund des Umfanges werden die Kontakte aus den Erfassungsbögen im Jahresbericht nicht gesondert aufgeführt.

## **XI. Öffentlichkeitsarbeit der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen**

- Internetredaktion zu den Internetseiten der Stadt Wuppertal zum Thema Selbsthilfegruppen – Angebote nach Themen von A – Z.  
Aktualisierung und Pflege der Seiten.  
Im August 2009 erfolgt eine Neueinpflegung der Daten nach den Kriterien der Barrierefreiheit.
- Internetredaktion zu den Internetseiten des DPWV "selbsthilfenetz.de"  
Eingabe der Daten, Aktualisierung und Pflege der Seiten.
- Flyer – Neuauflage
- Posterplakat 2009 für die Gesundheitstage
- Erstellung eines Jahresberichtes.
- Erstellung eines Selbsthilfewegweisers als Broschüre
- Teilnahme an Veranstaltungen zu Selbsthilfethemen.
- Presseberichte zu Themen und Veranstaltungen:  
Krebs (Simonton Unterstützungsmethode), Prostatakrebs, Skoliose, Schmerz, Epilepsie, Fibromyalgie, Rehasport zum Thema Osteoporose und Wirbelsäulenerkrankung,  
Veranstaltungshinweis zu den Gesundheitstagen im Juni 2009, Sarkoidose, Ambulante Versorgungslücken nach Krankenhausaufenthalt, Restless legs,  
Pro Retina - Pressebericht zum Thema „Augenerkrankungen und barrierefreie Schrift“,  
Multiple Sklerose-Selbsthilfe, Selbsthilfegruppe Schmerz,
- Presseberichte zu Gruppenneugründungen:  
Diabetiker-Selbsthilfegruppe „Sugar-Team“  
Lupus Erythematodes -Selbsthilfegruppe
- Teilnahme/Besuch an/von Messeveranstaltungen:  
Gesundheitstage in den City-Arkaden vom 15.06.09 bis 17.06.09
- Weitere Anregung der Kontakt- und Beratungsstelle - durch die Verleihung der Urkunde „Landesnachweis NRW“ - dass ehrenamtliche Engagement in der Selbsthilfe zu besonderen Jubiläumsanlässen zu honorieren.

## XII. Fortbildungen

19.05. - 20.05.09 - Fortbildung der NAKOS in Fulda zum Thema „Verbesserung der Kooperation zwischen Selbsthilfekontaktstellen, Selbsthilfegruppen und Kliniken durch Fortbildung“.

Durch die Fortbildung wurde eine Qualifikation als Referentin mit Powerpoint-Präsentation zum Thema erworben.



04.07.09 - Bergische Psychiatrie - Tagung in Wuppertal

- Vortrag Prof. Dr. Michaela Amering (Wien)  
„Recovery – Das Ende der Unheilbarkeit“
- Vortrag und Diskussion Angelika Wöller (Angehörige)  
„Anmerkung einer Mutter zu Hoffnung, Ent – Täuschung und Gesundheit“
- Vortrag und Diskussion Cornelius Kunst (Psychiatrie-Erfahrerener)  
„Selbsthilfe, der Königsweg – Wünsche an die Psychiatrie“
- Vortrag Dr. Volkmar Aderhold (Hamburg)  
„Weniger ist mehr – Neuroleptika verantwortungsvoll anwenden“  
Diskussion zum Vortrag



27.07.09 - Schulung im CMS nach den Kriterien der Barrierefreiheit im Internet für die Umstellung des Internetauftritts.

02.10.09 - Fortbildung der KOSKON in Köln zum Thema „Fit für die Zusammenarbeit – Selbsthilfe-Kontaktstelle als Partner eines selbsthilfefreundlichen Krankenhauses – Die Moderation von Qualitätszirkeln. Frau Monika Bobzien stellt Arbeitsgrundlagen aus dem Projekt Selbsthilfefreundliches Krankenhaus vor.

### **XIII. Aussicht auf das Jahr 2010**

Selbsthilfetag 2010,  
Kooperation zwischen Krankenhaus und Selbsthilfe nach Qualitätskriterien,  
Infoveranstaltung zum Thema selbsthilfefreundliche Arztpraxen,  
Workshop im Bereich Psychische Erkrankungen und Problemlagen.

## **IMPRESSUM**

### **Herausgeber:**

Stadt Wuppertal  
Geschäftsbereich Soziales, Jugend & Integration  
Ressort Soziales  
Psychosoziale Planung und Planung für Menschen mit Behinderung  
Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen  
Neumarkt 10  
42103 Wuppertal

### **Redaktion und Ansprechpartnerin:**

Roswitha Brauer  
Raum 308  
Neumarkt 10  
42103 Wuppertal  
Tel.: 0202 / 563 4519  
Fax: 0202 / 563 4850  
E-Mail: [roswitha.brauer@stadt.wuppertal.de](mailto:roswitha.brauer@stadt.wuppertal.de)  
[www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen)

### **Design (Cover):**

Alexander BIRTHÄLMER