



WENN'S **KLICK**  
GEMACHT HAT ...

**SELBSTHILFE -  
KONTAKTSTELLE**

# Jahresbericht 2015

## Inhaltsverzeichnis:

- I. Einführung
- II. Träger
- III. 2015 im Überblick
- IV. Statistik
  - 1. Anfragekontakte
  - 2. Geschlechtszugehörigkeit
  - 3. Differenzierung der Anfragekontakte
  - 4. Anliegen
  - 5. Kontaktaufnahmen zu den Selbsthilfegruppen
  - 6. Themenbereiche
- V. Internetarbeit der Selbsthilfe - Kontaktstelle
- VI. Gremienarbeit
- VII. Aussicht auf 2016

## I. Einführung

**Selbsthilfegruppen** dienen im Wesentlichen dem Informations- und Erfahrungsaustausch von Betroffenen und Angehörigen, der praktischen Lebenshilfe sowie der gegenseitigen emotionalen Unterstützung und Motivation.

Darüber hinaus vertreten Selbsthilfegruppen in unterschiedlichem Grad die Belange ihrer Mitglieder nach außen: Das reicht von Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit über die Unterstützung von Projekten bis hin zur politischen Interessenvertretung. Die Leistungen der Selbsthilfegruppen werden inzwischen als wichtige Ergänzung zum professionellen Gesundheitssystem von den Kostenträgern anerkannt.

Die Stadt Wuppertal fördert und unterstützt die Arbeit der Selbsthilfe durch die Selbsthilfe-Kontaktstelle. Diese ist im Ressort Soziales - 201.5 - Soziale Planung, Beratung, Qualitätssicherung angesiedelt. Sie arbeitet eng mit den Vereinigungen und Zusammenschlüssen der Selbsthilfe zusammen und kommt damit auch dem Auftrag des Gesetzes zum öffentlichen Gesundheitsdienst nach, die Arbeit im Gesundheitsbereich tätigen Selbsthilfegruppen zu fördern und die gesundheitsbezogene Selbsthilfe weiter zu entwickeln.

Neben der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe sind bei der Stadt Wuppertal auch weitere Selbsthilfegruppen angesiedelt, die sich am ehesten als Selbsthilfe in sozialen Angelegenheiten eingruppiieren lassen. Diese Selbsthilfeangebote, wie zum Beispiel: Trauergruppen, Selbsthilfe bei (sexueller) häuslicher Gewalt, oder Selbsthilfegruppen im Bereich Lebensbewältigung haben keine Förderberechtigung durch die Krankenkassen nach § 20c SGB V. Durch das städtische Fördermittelbudget können sie jedoch auch nach Antragstellung finanziell unterstützt werden und erhalten zudem alle angebotenen Serviceleistungen zur Unterstützung der Selbsthilfearbeit.

**Die Selbsthilfe- Kontaktstelle** ist die Drehscheibe für Selbsthilfe in Wuppertal. Hier laufen alle Fäden von Interessierten, Selbsthilfe-Aktiven und Profis zusammen. Aufgabe ist es unter anderem, Ratsuchende zu informieren und zu beraten, sowie Interessierten den Kontakt zu einer von aktuell 191 Selbsthilfegruppen zu 88 Themen zu vermitteln. Selbsthilfeinteressierte, die Unterstützung suchen, erhalten im persönlichen Gespräch, telefonisch oder per Email einen Einblick in die Selbsthilfeangebote vor Ort, sowie Auskunft über überregional bestehende Selbsthilfegruppen.

Auf der Internetseite [www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen) gibt es weitere Informationen über Gruppen, die sich in der Öffentlichkeit vorstellen und auf sich aufmerksam machen möchten.

Das Internetportal bietet die Möglichkeit, Angaben zu Kontaktpersonen, zum Ort der Treffen und zu Terminen der Gruppentreffen zu erhalten. Eine Themendarstellung sowie Programmhinweise für das laufende Kalenderjahr werden dort veröffentlicht, wenn dies von den Selbsthilfegruppen gewünscht wird.

Die Kontaktdaten der kommunalen Selbsthilfegruppen, die mit der Datenveröffentlichung einverstanden sind, werden auch in das NRW Internetportal des DPWV unter [www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de) eingegeben.

Die damit verbundene Pflege bzw. Aktualisierung der Datensätze wird durch die Selbsthilfe-Kontaktstelle der Stadt Wuppertal geleistet.

In einer Infotheke werden detaillierte Informationen über Krankheitsbilder, Behinderungen oder soziale Themen in Form von Faltblättern, Broschüren, Infomappen, Zeitschriften, Fachliteratur und DVDs übersichtlich gestaltet und zur Verfügung gestellt.

Die effektive Kooperation mit niedergelassenen Ärzten, Therapeuten, Krankenhäuser und gesetzlichen Krankenkassen ist Bestandteil eines regen Informationsaustausches und der Vernetzung der Arbeit.

Durch eine Fortsetzung der Vernetzung zwischen Selbsthilfekontaktstellen, Selbsthilfegruppen und Kliniken soll eine bessere Patientenberatung über das Selbsthilfegruppenangebot ermöglicht werden. Damit soll Patienten/Innen nach einem Krankenhausaufenthalt die Möglichkeit gegeben werden, Kontakt zu einer entsprechenden Selbsthilfegruppe aufnehmen können, oder bereits schon im Krankenhaus ein beratendes Gespräch mit einer Selbsthilfegruppenkontaktperson führen können.

Bei der Neugründung einer Selbsthilfegruppe bietet die Selbsthilfe-Kontaktstelle Unterstützung zur Gründung an: Sie stellt Informationsmaterial zur Verfügung, begleitet bei Bedarf in der Anfangsphase. Sie hilft bei der Antragstellung von finanziellen Fördermitteln, bei der Suche nach geeigneten Räumlichkeiten, dem Drucken von Flyern, der Veröffentlichung des Gruppenangebots im Internetportal sowie bei Organisation und Öffentlichkeitsarbeit.

Bestehenden Gruppen werden in ihrer Arbeit durch das Angebot zur Teilnahme an Veranstaltungen, dem Austausch untereinander, der Übermittlung von aktuellen Informationen, Hilfestellung bei der Durchführung von Veranstaltungen und durch aufsuchende Beratung bei Schwierigkeiten in der Gruppe begleitet.

Bei Antragstellung können Fördermittel durch die Krankenkassen zur Verfügung gestellt werden. Auch die Stadt Wuppertal stellt ein Budget im Haushalt bereit. Durch dieses kommunale Fördermittelbudget konnten im Jahr 2015 insgesamt 17 Gruppen ergänzend in ihrer Arbeit finanziell unterstützt werden.

## II. Träger

**Die Selbsthilfe-Kontaktstelle** wurde Anfang August 2006 bei der Stadt Wuppertal im Ressort Soziales eingerichtet und ist mit 1,8 Vollzeitkräften besetzt. Sie gehört seit 2010 dem Fachbereich Soziale Planung, Beratung und Qualitätssicherung an.

Die Beratungsstelle ist im Verwaltungsgebäude Elberfeld in zentraler Innenstadtlage angesiedelt und ist unter anderem Barriere frei über den Willy-Brandt-Platz zu erreichen.

Die Beratungsbüros befinden sich auf der 2. Etage in den Räumen 207 und 208. Sprechzeiten sind von Montag bis Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr, sowie nach Terminvereinbarung.

### Kontakt:

Stadt Wuppertal / Soziales  
201.54 Selbsthilfe-Kontaktstelle  
Neumarkt 10  
42103 Wuppertal

Andreas Rothfuss  
Beratung, Koordination  
Telefon 0202 / 563 - 4519  
Telefax 563 - 4850  
E-Mail [andreas.rothfuss@stadt.wuppertal.de](mailto:andreas.rothfuss@stadt.wuppertal.de)

Gisbert Kyek  
Beratung, Verwaltung  
Telefon 0202 / 563 - 2441  
Telefax 563 - 4850  
E-Mail [gisbert.kyek@stadt.wuppertal.de](mailto:gisbert.kyek@stadt.wuppertal.de)

### III. 2015 im Überblick

Im Jahresverlauf wurden zahlreiche Neuerungen in der Beratungsstelle durchgeführt. Durch Auffrischung der Außendarstellung und Erweiterung des Angebots hat sich die Selbsthilfe-Kontaktstelle das Ziel gesetzt, ihr Angebot transparenter, zeitgemäßer und bürgerfreundlicher auszurichten:

- Neubesetzung der Vollzeitstelle „Fachkraft in der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen der Stadt Wuppertal“
- Umbenennung der vormaligen Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen in „Selbsthilfe-Kontaktstelle“.
- Ausweitung der Sprechzeiten auf Montag bis Freitag 09:00 – 12:00 Uhr sowie nach Terminvereinbarung
- Erstellen eines neuen Flyers der Selbsthilfe-Kontaktstelle
- Überarbeitung und Neuauflage der Broschüre „Selbsthilfewegweiser“
- Erstellen einer Info-Mappe (Starter-Paket für neue Selbsthilfegruppen)
- Informationsaustausch mit Vertretern von 33 Selbsthilfegruppen und Aufsuchen von einzelnen Gruppen zum gegenseitigen Kennenlernen
- Kooperations-Treffen: Krebsberatungsstelle, Frauenberatungsstelle, Selbsthilfe-Akademie, Service Ehrenamt, Sozialpsychiatrisches Zentrum, Aids-Hilfe, Färberei
- Mitwirkung im überregionalen Arbeitskreis der Koskon: „Migration und Selbsthilfeaktivierung“
- Gründungsberatung von neuen Selbsthilfegruppen:  
„Refugio“ zum Thema häusliche Gewalt  
„Wupperlicht“ zum Thema postnatale Psychosen  
„Einsame Singles“ zum Thema soziale Isolation  
„Neurofibromatose im Bergischen Land“
- Auflösung der Gruppe „Eine Runde unter Freunde“ zum Thema Angehörige von psychisch Erkrankten
- Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen der NAKOS : „Grundlagen der Selbsthilfeunterstützung“ und „Patientenbeteiligung im Gesundheitswesen“
- Teilnahme am Dialog der SPD Ratsfraktion zwischen Vertretern aus Politik, Stadtverwaltung und Selbsthilfegruppen in der „Färberei“

#### IV. Statistik 2015

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle war im laufenden Jahr nicht kontinuierlich und vollumfänglich besetzt. Daher wurde auf eine Gegenüberstellung von Vergleichszahlen aus dem Vorjahr verzichtet.

##### 1. Anfragekontakte

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle registrierte für 2015 insgesamt **1118** Anfragekontakte.

Monat	Persönlich	AB	Schriftlich (Email/ Post)
Januar	4	15	18
Februar	41	27	41
März	25	20	27
April	29	1	34
Mai	17	18	47
Juni	66	3	33
Juli	75	1	16
August	51	10	24
September	60	3	30
Oktober	68	5	45
November	56	30	42
Dezember	62	30	44
<b>SUMME</b>	<b>554</b>	<b>163</b>	<b>401</b>

Die Anzahl der Zugriffe auf die Internetseite [www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen) konnte hierbei noch nicht erfasst werden. Aus Bürgergesprächen wurde jedoch entnommen, dass sich zunehmend mehr Interessierte auch auf der Homepage der Stadt Wuppertal über die Selbsthilfeangebote informieren.



## 2. Geschlechtszugehörigkeit

Die nachfolgende Tabelle zeigt auf, dass Frauen im Vergleich zu Männern deutlich mehr Kontakt zur Selbsthilfe-Kontaktstelle aufnehmen:

<b>Geschlechtszugehörigkeit</b>	<b>2015</b>
Frau	648
Mann	468

## 3. Differenzierung der Anfragekontakte

Betroffene Bürger/ Innen nehmen Kontakt zu Themen der Selbsthilfe auf. Angehörige fragen für Betroffene bzw. für sich selbst nach einer Selbsthilfegruppe für Angehörige. Weitere Anfragen erfolgen in Vertretung für die Betroffenen durch Professionelle, Bekannte, Freunde, Kollegen:

<b>Anfragekontakte</b>	<b>2015</b>
Betroffener	208
Angehöriger	45
In Vertretung für Betroffene	33

#### 4. Anliegen

Selbsthilfe-Interessierte, Professionelle und Selbsthilfegruppen wenden sich insbesondere mit nachfolgenden Anliegen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle. Hierbei werden häufig in einem Kontakt verschiedene Themen angesprochen:

<b>Anliegen von Selbsthilfe-Interessierten und Profis</b>	<b>2015</b>
Suche nach Selbsthilfegruppen	247
Austausch von Informationen	166
Öffentlichkeitsarbeit	95
Gremien/ Kooperationen	90
Allgemeine Selbsthilfe-Infos	33
Gruppengründung	23
Finanzen	9
Suche nach Profis	9
Sonstiges	3

<b>Anliegen von Selbsthilfe-Gruppen</b>	<b>2015</b>
Austausch aktueller Informationen	400
Öffentlichkeitsarbeit	121
Finanzen, KK-Förderung	88
Gremienarbeit/ Kooperation/ Netzwerk	81
Organisatorische Unterstützung	51
Fort- und Weiterbildung	30
Starthilfe/ Anleitung	9
Gruppendynamik	4

## **5. Kontaktaufnahmen der Selbsthilfe – Kontaktstelle zu den Selbsthilfegruppen**

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist mit ihrem Vernetzungs- und Dienstleistungsangebot Kooperationspartner für die Selbsthilfegruppen. Sie informiert unter anderem über aktuelle Veranstaltungsangebote, Fachvorträge, Fortbildungsmöglichkeiten und Fachmessen.

<b>Kontaktaufnahmen der Selbsthilfe – Kontaktstelle zu Selbsthilfegruppen</b>	<b>2015</b>
Selbsthilfegruppenteilnehmer/ Innen	1231

## **6. Themenbereiche**

Die nachfolgende Themenliste zeigt die Bandbreite an Anfragen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle auf. Hierbei wird erneut erkennbar, dass der Schwerpunkt in den Bereichen „psychische Erkrankungen“, „Sucht“ (hierbei überwiegend zum Thema Alkohol) und „Krebserkrankungen“ liegt.

<b><u>Statistik der Themenbereiche</u></b>	<b><u>2015</u></b>
Psychische Erkrankungen - nicht näher bezeichnet	202
Sucht Alkohol	198
Krebserkrankungen - nicht näher bezeichnet	106
Gesundheitsförderung	91
Sucht nicht näher bezeichnet	91
Sucht Drogen	66
Depression/bipolare Störungen	57
Diabetes	52
Rheumatische Erkrankungen	49
Borderline	48

Behinderung - nicht näher bezeichnet	46
Sarkoidose	44
Ernährung	43
Parkinson	42
Demenz, Alzheimer	36
Trauer/Tod	36
Schmerzen chronisch - nicht näher bezeichnet	33
Angst/Panik/Phobie	29
Herz-Kreislauf-Erkrankungen - nicht näher bezeichnet	28
Männer	28
Schlaganfall/Apoplexie	28
Frauen	27
Familie, Eltern, Kind - nicht näher bezeichnet	25
Pflegende Angehörige	25
Herzkrankungen	24
Muskelerkrankungen - nicht näher bezeichnet	24
Senioren, Alter, Ruhestand	24
Augenerkrankungen	23
Gewalt/Missbrauch - Opfer	23
Mobbing	23
Borreliose	22
Messie-Syndrom	20
Sucht Online / PC	20
AD(H)S	19
Lebenskrisen - nicht näher bezeichnet	19
Sucht Essstörungen	19
Autismus	18
Burn Out/Stress	18
Epilepsie	17
Hörbehinderungen	17
Lungenerkrankungen, Lungenemphysem, COPD	17
Neurologische Erkrankungen	17
Organtransplantation	17
Restless Legs	17
Sehbehinderungen	17
Adipositas	16
Atemwegserkrankungen - nicht näher bezeichnet	16
Fibromyalgie	16
Osteoporose	16
Allergien	15
Down-Syndrom	15

Multiple Sklerose	15
Nahrungsmittelunverträglichkeit	15
Sekten/Religion	15
Sucht Glücksspiel	15
Trennung/Scheidung	15
Gelenkerkrankungen - nicht näher bezeichnet	14
Hauterkrankungen - nicht näher bezeichnet	14
Hirnschädigungen	14
Kopfschmerz, Migräne	14
Magen-, Darmerkrankungen	14
Migration	14
Sexuelle Orientierung/ -Identität	14
Suizid	14
Alleinerziehend	13
Arthrose	13
Asthma	13
Bindegewebserkrankungen	13
Krebs Brust	13
Wohnen im Alter	13
Zöliakie	13
Krebs Mund, Kiefer, Kehle, Speiseröhre	12
Sonstiges	11
Aids/HIV	8
Arbeitslosigkeit/Hartz IV/Sozialhilfe	7
Geburt/Mutterschaft	4
Straffälligkeit/ Haft	4
Gewalt/Missbrauch - Täter	3
Krebs Lunge	3
Schlafstörungen	3
Ernährungs- und Stoffwechselerkrankungen	2
Körperbehinderung	2
Krieg/Opfer/Versehrte	2
Sucht Medikamente	2
Sucht Nikotin / Rauchen	2
Ehrenamt/Nachbarschaftshilfe/Tauschring	1
Einsamkeit/Freizeit	1
Gynäkologische Erkrankungen	1
Krebs Prostata	1
Single/Alleinstehend	1
Sprachbehinderungen	1
Sucht Co-Abhängigkeit	1

## V. Internetarbeit

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle hat die Internetredaktion für die Homepage der Stadt Wuppertal zum Thema „Selbsthilfegruppen“. Zu finden unter: [www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen). Die Seiten sind von A – Z jeweils nach Themen des Selbsthilfeangebots in „Gesundheitsfragen“ sowie nach „sozialen Themen“ angeordnet. Sie beinhalten ergänzende Informationen zu den aufgeführten Gruppenangeboten und werden durch die Mitarbeiter kontinuierlich aktualisiert und erweitert.

Auf der Internetseite des DPWV (Der Paritätische Wohlfahrtsverband NRW e.V.) wird außerdem das Selbsthilfeangebot der Wuppertaler Gruppen überregional in NRW veröffentlicht. Zu finden unter: [www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de) Interessierte erhalten zusätzlich unter anderem allgemeine Informationen und Tipps zur Selbsthilfe, zu landesweiten Selbsthilfe-Organisationen, überregionalen Selbsthilfe-Vereinen und Beratungsstellen. Hierfür hat die Selbsthilfe-Kontaktstelle für Wuppertal ebenfalls die Internetredaktion.

## VI. Gremienarbeit

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist regelmäßig in den nachfolgend aufgeführten Gremien vertreten:

- Monatlich: Sitzung des VPSAG (Verein für psychosoziale Selbsthilfe- und Angehörigengruppen)
- Alle 2 Monate: Fachgruppe Beratung in Lebensfragen (Arbeitskreis von Beratungsstellen in Wuppertal)
- Vierteljährlich: Sitzung des IGSB (Interessensgemeinschaft der Selbsthilfegruppen Behinderter)
- Vierteljährlich: Landesarbeitstreffen der KOSKON (Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in NRW)
- Jährlich: Teilnahme an der Fördermittelvergabe im Vergabegremium der Krankenkassen zur kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung der Selbsthilfe in Wuppertal

## VII. Aussicht auf 2016

Die in 2015 erfolgten Gespräche mit den Gruppen ließen erkennen, dass neben dem Wunsch an Fortbildungen auch großer Bedarf darin gesehen wird, übergreifend mit anderen Selbsthilfegruppen ins Gespräch zu kommen. Daher sollen zukünftig regelmäßig zwei Mal pro Jahr Gesamtgruppentreffen durchgeführt werden. Diese dienen der Vernetzung und dem Informationsaustausch untereinander. Am 21.06.2016 findet die Auftakt-Veranstaltung für die Vertreter aller Selbsthilfegruppen im Verwaltungsgebäude statt. Hierzu ist auch die Selbsthilfeakademie eingeladen, die über sich und ihre Fortbildungsangebote informieren wird. Bei entsprechender Resonanz sind weitere Formate angedacht.

## IMPRESSUM

### **Herausgeber:**

Stadt Wuppertal  
Geschäftsbereich Soziales, Jugend & Integration  
Ressort Soziales  
Fachbereich Soziale Planung, Beratung und Qualitätssicherung  
Selbsthilfe-Kontaktstelle  
Neumarkt 10  
42103 Wuppertal

### **Redaktion und Ansprechpartner:**

Andreas Rothfuss  
Raum 208



Neumarkt 10  
42103 Wuppertal  
Tel. 0202 / 563 4519  
E-Mail: [andreas.rothfuss@stadt.wuppertal.de](mailto:andreas.rothfuss@stadt.wuppertal.de)  
[www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen)