



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

**SELBSTHILFE -  
KONTAKTSTELLE**

# Jahresbericht 2016

## Inhaltsverzeichnis:

- I. Einführung
- II. Träger
- III. 2016 im Überblick
  
- IV. Statistik
  - 1. Anfragekontakte
  - 2. Geschlechtszugehörigkeit
  - 3. Differenzierung der Anfragekontakte
  - 4. Anliegen
  - 5. Kontaktaufnahmen zu den Selbsthilfegruppen
  - 6. Themenbereiche
  
- V. Gremienarbeit
  
- VI. Aussicht auf 2017

## 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 Sozialamt - 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 aufgeführt, die sich am ehesten als Selbsthilfe in sozialen Angelegenheiten eingruppierten 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. Hier werden Angaben zu Kontaktpersonen, zum Ort der Treffen und zu Terminen der Gruppentreffen veröffentlicht.

Eine Themendarstellung sowie Programmhinweise für das laufende Kalenderjahr werden dort ebenfalls eingestellt, 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) veröffentlicht.

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

Unter **SELBSTHILFEinteraktiv** finden Interessierte zudem einen Link, der auf die Kommunikationsplattform der gemeinschaftlichen Selbsthilfe der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen) verweist. Dort befinden sich Selbsthilfe-Internetforen und virtuelle Gruppen, in denen man sich im Internet informieren, austauschen und mitdiskutieren kann.

Eine Druckausgabe des „Selbsthilfe-Wegweiser“ wird kontinuierlich aktualisiert und steht Ratsuchenden mit einer Gesamtauflage von 1.500 Stück auch in Papierform zur Verfügung.

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 im Arbeitskreis „Erfahrungsaustausch“, der Übermittlung von aktuellen Informationen per Email, Hilfestellung bei der Durchführung von Veranstaltungen und durch aufsuchende Beratung bei Schwierigkeiten in der Gruppe unterstützt.

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 2016 insgesamt 23 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. Sie gehört seit 2010 dem Fachbereich Soziale Planung, Beratung und Qualitätssicherung an.

Sie befindet sich im Verwaltungsgebäude Elberfeld in zentraler Innenstadtlage und ist unter anderem Barriere frei über den Willy-Brandt-Platz zu erreichen.

Die Beratungsbüros sind inzwischen mit 1,8 Vollzeitkräften (vorher: 1,5) besetzt und auf der 2. Etage in den Räumen 207 und 208 aufzufinden. Zur Erhöhung der Erreichbarkeit wurden die Sprechzeiten täglich von Montag bis Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr, sowie nach Terminvereinbarung ausgeweitet, wobei die Stelle der Verwaltungskraft um 0,3 aufgestockt wurde.

### Kontakt:

Stadt Wuppertal / Sozialamt  
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. 2016 im Überblick

- Organisation und Durchführung des ersten Gesamtgruppentreffens
- Durchführung des Projekts: „Arbeitskreis zum Erfahrungsaustausch“
- Organisation und Durchführung von Info-Veranstaltungen zum Thema „Selbsthilfe“ für die Maßnahmen „Spurwechsel“ des Jobcenters und für die Bildungslehrgänge der DAA
- Mitwirkung im überregionalen Arbeitskreis der Koskon: „Migration und Selbsthilfeaktivierung“
- Info-Stand zum Gesundheitstag des Landgerichts
- Unterstützung des VPSAG zur Feier anlässlich des 20-jährigen Jubiläums
- Mitwirkung am Info-Stand des VPSAG beim „Tag des Bündnisses gegen Depressionen“
- Teilnahme an der Fördermittelvergabe im Vergabegremium der Krankenkassen zur kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung der Selbsthilfe in Wuppertal
- Teilnahme am Dialog der SPD Ratsfraktion zwischen Vertretern aus Politik, Stadtverwaltung und Selbsthilfegruppen in der „Färberei“
- Kontinuierliche Aktualisierung und Druck der Broschüre „Selbsthilfe-Wegweiser“ mit einer Gesamtauflage von 1500 Stück
- Gründungsberatung von neuen Selbsthilfegruppen: „soziale Phobie“, „aktiv gegen Sucht“ und „Angehörige von psychisch Kranken“
- Auflösung einer „Diabetes-Gruppe, der „Kräuterkunde“ sowie „Gesprächskreis für einsame Singles“ durch die Gruppenleiter aus persönlichen Gründen
- Kooperations-Treffen mit: SHK Dortmund, SHK Düsseldorf, SHK Witten, SHK Essen, SPZ Barmen, SPZ Elberfeld, Sozialpsychiatrischer Dienst, Zentrum für gute Taten, AOK, Rundschau, Stadtzeitung, Fachklinik Langenberg, Tagesklinik Tannenhof
- Teilnahme an der Jahrestagung der NAKOS in Schwerin und der GKV in Herdecke
- Teilnahme an Fortbildung: „Rhetorik und Präsentationstechniken“
- Teilnahme an Fortbildung: Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung“ in Würzburg

#### IV. Statistik 2016

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle war erst im zweiten Halbjahr 2015 kontinuierlich und vollumfänglich besetzt. Daher wurden Vergleichszahlen aus 2014 gegenüber gestellt:

##### 1. Anfragekontakte

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle registrierte in 2016 insgesamt **2040** Anfragekontakte. (In 2014 waren es 2016)

	2014	<b>2016</b>	2014	<b>2016</b>	2014	<b>2016</b>
Monat	Persönlich	<b>Persönlich</b>	AB	<b>AB</b>	Schriftlich	<b>Schriftlich</b>
Januar	40	<b>115</b>	69	<b>28</b>	118	<b>113</b>
Februar	96	<b>89</b>	40	<b>20</b>	57	<b>74</b>
März	42	<b>43</b>	35	<b>32</b>	73	<b>47</b>
April	49	<b>81</b>	41	<b>25</b>	59	<b>87</b>
Mai	107	<b>58</b>	42	<b>26</b>	88	<b>72</b>
Juni	53	<b>72</b>	43	<b>24</b>	76	<b>70</b>
Juli	81	<b>47</b>	45	<b>16</b>	75	<b>53</b>
August	46	<b>75</b>	29	<b>34</b>	104	<b>54</b>
September	65	<b>71</b>	66	<b>48</b>	85	<b>80</b>
Oktober	40	<b>69</b>	42	<b>28</b>	74	<b>96</b>
November	66	<b>78</b>	15	<b>13</b>	27	<b>93</b>
Dezember	4	<b>45</b>	17	<b>22</b>	7	<b>42</b>
SUMME	689	<b>843</b>	484	<b>316</b>	843	<b>881</b>

Die Anzahl der Zugriffe auf die Internetseite [www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen](http://www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen) konnte 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 mehr Kontakt zur Selbsthilfe-Kontaktstelle aufnehmen, die Männer jedoch allmählich nachziehen:

<b>Geschlechtszugehörigkeit</b>	2014	<b>2016</b>
Frau	1266	<b>1200</b>
Mann	747	<b>826</b>

## 3. Differenzierung der Anfragekontakte

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

Anfragekontakte	2014	<b>2016</b>
Betroffener	314	<b>305</b>
Angehöriger	57	<b>67</b>
In Vertretung für Betroffene	45	<b>68</b>

#### 4. Anliegen

Selbsthilfe-Interessierte, Professionelle und Selbsthilfegruppen wenden sich insbesondere mit nachfolgenden Anliegen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle:

Der Anstieg an Anfragen nach Selbsthilfegruppen liegt in der Verstärkung der Öffentlichkeitsarbeit und Ausweitung der Erreichbarkeit begründet.

Durch Initiierung des Arbeitskreises „Erfahrungsaustausch in der Gruppenarbeit“ wurden verschiedene Methoden zur Themenbearbeitung vorgestellt. Dadurch sank der Bedarf an Gruppendynamik

<b>Anliegen von Selbsthilfe-Interessierten und Profis</b>	<b>2014</b>	<b>2016</b>
<b>Suche nach Selbsthilfegruppen</b>	238	<b>375</b>
<b>Austausch von Informationen</b>	252	<b>234</b>
<b>Öffentlichkeitsarbeit</b>	534	<b>498</b>
<b>Gremien/ Kooperationen</b>	423	<b>350</b>
<b>Gruppengründung</b>	76	<b>63</b>
<b>Finanzen</b>	72	<b>70</b>
<b>Suche nach Profis</b>	104	<b>71</b>
<b>sonstiges</b>	19	<b>6</b>

<b>Anliegen von Selbsthilfegruppen</b>	<b>2014</b>	<b>2016</b>
Austausch aktueller Informationen	772	<b>739</b>
Öffentlichkeitsarbeit	332	<b>394</b>
Finanzen, KK-Förderung	99	<b>149</b>
Gremienarbeit/ Kooperation/ Netzwerk	294	<b>241</b>
Organisatorische Unterstützung	197	<b>221</b>
Fort- und Weiterbildung	221	<b>86</b>
Starthilfe/ Anleitung	33	<b>29</b>
Gruppendynamik	144	<b>68</b>

## **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. Durch Ausweitung des Beratungsangebots und Einführung einer breitgefächerten Informationsweitergabe konnten die Kontakte zu den Gruppen ausgebaut werden:

<b>Kontaktaufnahmen der Selbsthilfe – Kontaktstelle zu Selbsthilfegruppen</b>	<b>2014</b>	<b>2016</b>
Selbsthilfegruppenteilnehmer/ Innen	549	2865

## **6. Themenbereiche**

Die nachfolgende Themenliste zeigt die Bandbreite an Anfragen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle auf. Innerhalb von zwei Jahren wird insgesamt ein deutlicher Anstieg an Anfragen erkennbar. Der Schwerpunkt liegt hierbei im Bereich: Psyche-, Sucht- und Krebserkrankungen.

Dazu kommt es verstärkt zu Anfragen/ Kontakten nach Angeboten speziell von und für ältere Menschen:

<b>Statistik der Themenbereiche</b>	<b>2014</b>	<b>2016</b>
AD(H)S	10	67
Adipositas	2	42
Adoption/Pflege	0	0
Aids/HIV	3	21
Alleinerziehend	3	2
Allergien	3	23
Angst/Panik/Phobie	14	18
Arbeitslosigkeit/Hartz IV/Sozialhilfe	2	13
Arthrose	4	3
Asthma	2	23
Atemwegserkrankungen - nicht näher bezeichnet	8	7
Augenerkrankungen	80	31
Autismus	23	139
Bechterew, Morbus	1	1
Behinderung - nicht näher bezeichnet	63	85
Bindegewebserkrankungen	0	1
Borderline	27	76
Borreliose	29	26
Burn Out/Stress	3	11
Demenz, Alzheimer	85	162
Depression/bipolare Störungen	16	87
Diabetes	68	84
Down-Syndrom	0	22

Ehrenamt/Nachbarschaftshilfe/Tauschring	0	18
Endokrine Erkrankungen	0	1
Epilepsie	24	33
Ernährung	44	65
Ernährungs- und Stoffwechselerkrankungen	1	3
Familie, Eltern, Kind - nicht näher bezeichnet	45	110
Fibromyalgie	13	52
Frauen	30	32
Gefäßerkrankungen	0	1
Gelenkerkrankungen - nicht näher bezeichnet	5	62
Gesundheitsförderung	130	179
Gewalt/Missbrauch - Opfer	24	27
Harnwegserkrankungen	3	3
Hauterkrankungen - nicht näher bezeichnet	16	2
Herzerkrankungen	6	7
Herz-Kreislauf-Erkrankungen - nicht näher bezeichnet	35	69
Hirnschädigungen	15	3
Hörbehinderungen	27	125
Kopfschmerz, Migräne	29	33
Körperbehinderung	1	2
Krebs Brust	2	1
Krebs Lunge	5	24
Krebs Mund, Kiefer, Kehle, Speiseröhre	35	30
Krebs Prostata	10	4

Krebs Verdauungsorgane	1	0
Krebserkrankungen - nicht näher bezeichnet	88	286
Krieg/Opfer/Versehrte	9	0
Lebenskrisen - nicht näher bezeichnet	66	87
Lebererkrankungen - nicht näher bezeichnet	0	19
Lippen-, Kiefer-, Gaumenspalte	5	1
Lungenerkrankungen, Lungenemphysem, COPD	14	66
Magen-, Darmerkrankungen	4	16
Männer	46	47
Messie-Syndrom	21	8
Migration	27	71
Mobbing	23	51
Multiple Sklerose	26	133
Muskelerkrankungen - nicht näher bezeichnet	71	178
Nahrungsmittelunverträglichkeit	5	6
Neurologische Erkrankungen	1	49
Organtransplantation	3	37
Osteoporose	1	3
Parkinson	63	65
Partnerschaft	0	4
Patientenrechte	3	1
Pflegende Angehörige	64	65
Psychatrieerfahrene	2	0
Psychische Erkrankungen - nicht näher bezeichnet	221	381

Restless Legs	6	18
Rheumatische Erkrankungen	27	19
Sarkoidose	54	77
Schlafstörungen	2	0
Schlaganfall/Apoplexie	24	63
Schmerzen chronisch - nicht näher bezeichnet	77	115
Seelische Gesundheit	0	0
Sehbehinderungen	15	12
Sekten/Religion	2	14
Seltene Erkrankungen	0	1
Senioren, Alter, Ruhestand	26	131
Sexuelle Orientierung/ -Identität	3	1
Sonstiges	12	38
Sprachbehinderungen	4	24
Straffälligkeit/ Haft	1	1
Sucht Alkohol	127	351
Sucht Drogen	61	75
Sucht Essstörungen	10	63
Sucht Glücksspiel	18	18
Sucht Kauf, Konsum	0	1
Sucht Medikamente	1	0
Sucht nicht näher bezeichnet	48	67
Sucht Online / PC	6	5
Suizid	8	49

Trauer/Tod	59	183
Trennung/Scheidung	4	33
Venen, Lymphe	4	2
Wohnen im Alter	6	5
Zöliakie	15	29
Zwangserkrankungen	0	4
Venen, Lymphe	4	2
Wohnen im Alter	6	5
Zöliakie	15	29
Zwangserkrankungen	0	4

## V. 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)



## VI. Aussicht auf 2017

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wird in 2017 die Kooperation zu den Professionellen verbessern. Als neues Mitglied im Netzwerk „Selbsthilfefreundlichkeit im Gesundheitswesen“ werden Kontakte zu Wuppertaler Krankenhäusern aufgenommen, um als Bindeglied zwischen Selbsthilfegruppen und Ärzten für die Qualitätskriterien des Netzwerkes zu werben.

Gemeinsam mit Vertretern der Selbsthilfegruppen wird die Selbsthilfe-Kontaktstelle auf Veranstaltungen Präsenz zeigen. Geplant ist unter anderem die gemeinsame Teilnahme an: „So geht Ehrenamt“ in den City-Arkaden (22.03. – 25.03.) und am „Tag der Menschen mit Behinderungen“ auf dem Rathausplatz in Barmen (05.05.2017).

Um weitere, neue Beratungsformen auszuprobieren, wird die Selbsthilfe-Kontaktstelle persönliche Beratung zur Selbsthilfe auch in der Fachklinik Langenberg anbieten. Bei entsprechender Resonanz sind weitere Formate angedacht.

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Stadt Wuppertal  
201.54 Sozialamt  
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)