



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

**SELBSTHILFE -
KONTAKTSTELLE**

Jahresbericht 2019

Inhaltsverzeichnis:

- I. Einführung
- II. Träger
- III. 2019 im Überblick

- IV. Statistik
 - 1. Anfragekontakte
 - 2. Geschlechtszugehörigkeit
 - 3. Differenzierung der Anfragekontakte
 - 4. Anliegen
 - 5. Kontaktaufnahmen zu den Selbsthilfegruppen
 - 6. Auswertung der Themenbereiche

- V. Gremienarbeit

- VI. Aussicht auf 2020

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 im unterschiedlichem Grad die Belange ihrer Mitglieder nach außen: Das reicht von Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit über die Unterstützung von Projekten bis hin zur politischen Interessensvertretung. Die Leistungen der Selbsthilfegruppen werden mittlerweile 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 befindet sich im Sozialamt - 201.5 - Sozialplanung, Beratung, Qualitätssicherung. 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“ eingruppiert lassen. Diese Selbsthilfegruppen, wie zum Beispiel: Trauergruppen, Selbsthilfe bei (sexueller) häuslicher Gewalt, oder Selbsthilfegruppen im Bereich Lebensbewältigung haben keine Förderberechtigung durch die Krankenkassen nach § 20h SGB V. Durch das städtische Fördermittelbudget können sie jedoch ebenfalls nach Antragstellung finanziell unterstützt werden und erhalten zudem alle angebotenen Serviceleistungen zur Unterstützung der Selbsthilfearbeit.

Die Selbsthilfe- Kontaktstelle ist auch Anlaufstelle 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 177 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 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 und ein weiterführender Link auf die entsprechende Homepage werden dort ebenfalls eingestellt, wenn dies von den Selbsthilfegruppen gewünscht wird.

Die Kontaktdaten der kommunalen Selbsthilfegruppen, die mit der Datenveröffentlichung einverstanden sind, werden auch im NRW - Internetportal des DPWV unter www.selbsthilfenetz.de aufgeführt.

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 mit diskutieren kann.

Eine Druckausgabe des „Selbsthilfe-Wegweiser“ wird kontinuierlich aktualisiert und steht Ratsuchenden mit einer Gesamtauflage von 1.000 Stück in Papierform zur Verfügung.

In unserer 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, Krankenhäusern und gesetzlichen Krankenkassen ist Bestandteil eines regen Informationsaustausches und der Vernetzung der Arbeit.

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

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

Bestehenden Gruppen werden in ihrer Arbeit durch Angebote zur Teilnahme an Veranstaltungen, Austausch untereinander im Arbeitskreis „Erfahrungsaustausch“ und bei „Gesamttreffen“, 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 2019 insgesamt 17 Gruppen ergänzend in ihrer Arbeit finanziell unterstützt werden.

II. Träger

Die **Selbsthilfe-Kontaktstelle** wurde Anfang August 2006 bei der Stadt Wuppertal im Sozialamt eingerichtet und gehört seit 2010 der Abteilung Sozialplanung, 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 mit 1,6 Vollzeitkräften besetzt und befinden sich auf der 2. Ebene in den Räumen 207 und 208. Die offenen Sprechzeiten sind täglich von Montag bis Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr, sowie zusätzlich nach Terminvereinbarung. Darüber hinaus findet regelmäßig eine dezentrale Beratung im Jobcenter Wuppertal statt.

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

Annette Schlomski
Beratung, Verwaltung
Telefon 0202 / 563 - 2441
Telefax 563 - 4850
E-Mail annette.schlomski@stadt.wuppertal.de

III. 2019 im Überblick (Auszug)

(Nachfolgend aufgeführtes Kürzel „SHG“ steht für „Selbsthilfegruppe“)

Teilnahme an den Aktionstagen „So geht Ehrenamt“ in den City-Arkaden

Durchführung eines Selbsthilfe-Tages im Helios-Klinikum, Barmen anlässlich „Wuppertal 24 h live“

Organisation und Durchführung eines Gesamtgruppentreffens

Organisation einer ganztägigen Fortbildung zum Thema „Prozessbegleitung in Gruppen“

Durchführung des Projekts „Arbeitskreis zum Erfahrungsaustausch in der Gruppenarbeit“

Teilnahme an der Suchtwoche auf der Nordbahntrasse

Durchführung von Info-Veranstaltungen, Thema: „Unterstützungsangebote der Selbsthilfe-Kontaktstelle“ mit anschl. individueller Beratung im Jobcenter Wuppertal, Zentrum für Erziehende und Maßnahme „Spurwechsel“.

Gründungsberatungen: „Zwangserkrankungen“, „Junge Selbsthilfe“ zum Thema „Depressionen“, „Angst- und Panikstörungen“, „Morbus Sudek“, „Inkontinenz“, „Trauma-Verarbeitung“, „gehörlose Eltern“, „Trauma-Heilung“, „Lip Ödem“

Begleitung eines Gesprächskreises: „Trennung / Scheidung“

Begleitung eines Gesprächskreises: „Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen“

Auflösung der SHG „Diabetes“, SHG „Bluthochdruck“, „Initiative krebskranke Kinder“, SHG „die Anker“ (Depressionen), jeweils aus persönlichen Gründen, z.B.: „Generationenwechsel“

Teilnahme an der Fördermittelvergabebesitzung im Vergabegremium der Krankenkassen zur kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung der Selbsthilfe in Wuppertal

Teilnahme am Dialog der SPD Ratsfraktion zwischen Vertretern aus Politik, Stadtverwaltung und Selbsthilfegruppen

Kontinuierliche Aktualisierung und Neuauflage der Broschüre „Selbsthilfe-Wegweiser“ mit einer Gesamtauflage von 1000 Stück

Netzwerken mit „Professionellen“: Beirat der Menschen mit Behinderungen, Helios Klinikum, EUTB, SPZ, Elberfeld, SPZ Barmen, Diakonie, Jobcenter, Krebsberatungsstelle, Stiftung Tannenhof, AWO, AOK

IV. Statistik 2019

Im Vergleich zum Vorjahr lassen sich die stark gestiegenen Anfragewerte durch die verbesserte, kontinuierliche Erreichbarkeit der Ansprechpartner der Selbsthilfe-Kontaktstelle erklären.

Auf der Homepage der Selbsthilfe-Kontaktstelle ist ein Zähler eingerichtet. Bis Stichtag 31.12.2019 wurden 25085 Zugriffe verzeichnet. (In 2018 waren es 25190). Dadurch wird erkennbar, wie viele Selbsthilfe- Interessierte sich auch auf der Homepage der Stadt Wuppertal über die Selbsthilfeangebote informieren.

1.Kontaktaufnahmen insgesamt

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle registrierte in **2019** 1180 Kontaktaufnahmen insgesamt. (In 2018 waren es 880). Der deutliche Anstieg der Anfragen liegt darin, dass mit verbesserter, kontinuierlicher Erreichbarkeit der Mitarbeiter auch die Netzwerkarbeit mit den Professionellen im Gesundheitswesen und mit den Vertretern der Selbsthilfegruppen auch im Hinblick auf die initiierten Veranstaltungen im März und September erhöht werden konnte.

	2018	2019	2018	2019	2018	2019
Monat	Persönlich	Persönlich	AB	AB	Schriftlich	schriftlich
Januar	104	70	8	0	14	124
Februar	26	54	11	0	36	47
März	112	120	19	3	21	109
April	18	41	24	2	16	36
Mai	31	63	16	0	28	9
Juni	109	31	0	0	24	14
Juli	50	56	0	2	7	4
August	30	46	0	5	36	35
September	13	148	0	1	12	9
Oktober	28	40	0	1	22	15
November	24	74	0	0	14	0
Dezember	18	8	0	0	8	13
SUMME	564	751	78	14	238	415

2. Geschlechtszugehörigkeit

Die nachfolgende Tabelle zeigt auf, dass Frauen im Vergleich zu Männern weiterhin mehr Kontakt zur Selbsthilfe-Kontaktstelle aufnehmen. In 2019 lag das Verhältnis bei 56:44% (Im Vorjahr lag das Verhältnis bei 60:40%).

Geschlechtszugehörigkeit	2018	2019
Frau	494	665
Mann	386	515

3. Anfragekontakte nach SHG

Ratsuchende betroffene Bürger*innen nehmen Kontakt zu Themen der Selbsthilfe auf. Angehörige fragen für Betroffene bzw. für sich nach einer Selbsthilfegruppe für Angehörige. Durch das Zusatzangebot eines durch die Selbsthilfe-Kontaktstelle moderierten offenen Gesprächskreises für „Angehörige von Menschen mit psychischer Erkrankung“ verdoppelten sich die Anfragen von Angehörigen.

Anfragekontakte	2018	2019
Betroffener	224	199
Angehöriger	52	99
In Vertretung für Betroffene	29	28

4. Anliegen

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

Anliegen von <u>Selbsthilfe-Interessierten und Profis</u>	2018	2019
Suche nach Selbsthilfegruppen	226	231
Austausch von Informationen	137	123
Öffentlichkeitsarbeit	76	91
Gremien/ Kooperationen	78	59
Gruppengründung	30	51
Finanzen	17	18
Suche nach Profis	19	16
sonstiges	2	5

Die zurückgehende Anzahl bei den einzelnen Anliegen der Selbsthilfegruppen lassen sich überwiegend durch die gute Vernetzung untereinander als Folge der Initiierung des Arbeitskreises „Erfahrungsaustausch in der Gruppenarbeit“, des „Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen“, sowie im Rahmen der angebotenen gemeinsamen Fortbildung erklären.

Anliegen von <u>Selbsthilfegruppen</u>	2018	2019
Austausch aktueller Informationen	408	327
Öffentlichkeitsarbeit	273	356
Finanzen, KK-Förderung	98	94
Gremienarbeit/ Kooperation/ Netzwerk	129	71
Organisatorische Unterstützung	163	47
Fort- und Weiterbildung	172	124
Starthilfe/ Anleitung	56	23
Gruppendynamik	62	48

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. Die Steigerung im Vergleich zu 2019 ist durch die Erhöhung der Unterstützungsangebote und des Engagements für die Gruppen zu erklären. (SH-Tag, Fortbildung, Gesamttreffen usw.)

Kontaktaufnahmen der Selbsthilfe – Kontaktstelle zu Selbsthilfegruppen	2018	2019
Selbsthilfegruppenteilnehmer/ Innen	2835	4904

6. Themenbereiche

Die Auswertung der Themenliste ergab 3 Schwerpunkte an Anfragen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle: Psyche-, Sucht- und Krebserkrankungen (3181 von 6596 insgesamt). Auch hier verdoppelten sich die Anfragen im Vergleich zum Vorjahr, wobei an 1. Stelle der Schwerpunkt bei den Suchterkrankungen lag, dicht gefolgt von den Anfragen zu SHG mit psychischen Themen. Anfragen zu Krebserkrankungen lagen an dritter Stelle.

Statistik der Themenbereiche	2018	2019
<u>Psyche gesamt</u>	634	1143
<u>anteilig:</u>		
• Psyche nicht näher bezeichnet“	343	685
• „Depressionen und bipolare Störungen“	214	417
• „Lebenskrisen nicht näher bezeichnet“	14	18
• „Angst/ Panik/ Phobie“	63	15

• „Burnout/ Stress“	4	4
• „Psychiatrie-Erfahrene“	0	4
Statistik der Themenbereiche	2018	2019
<u>Sucht gesamt</u>	612	1390
<u>anteilig:</u>		
• Alkohol	273	563
• Sucht nicht näher bezeichnet	238	661
• Drogen	34	36
• Essstörungen	61	127
• Glücksspiel	4	2
• Online/ PC	0	0
• Medikamente	0	0
• Sex- und Liebessucht	2	1
<u>Krebserkrankungen gesamt</u>	350	648
<u>anteilig:</u>		
• Krebs nicht näher bezeichnet	281	527
• Mund/ Kiefer/ Speiseröhre	37	58
• Lunge	13	3
• Brust	14	49
• Verdauungsorgane	5	11

V. Gremienarbeit

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist 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 2020

Geplante Öffentlichkeitsarbeit, gemeinsam mit Vertretern der SHG:

- Teilnahme an der Aktion: „So geht Ehrenamt“ in den City-Arkaden (4.3.)
- Mitwirkung bei der Veranstaltung „Gemeinsam Barrieren abbauen, Rathaus Vorplatz, Barmen (8.5.)
- Durchführung eines Selbsthilfe-Tages auf dem „Alter Markt“, Barmen mit großem Bühnenprogramm und Info-Ständen (5.9.)

Geplante Angebote für Selbsthilfegruppen:

- Durchführung eines eintägigen Workshops Teil II für Vertreter aller Selbsthilfegruppen (16.6.) mit dem Referenten Klaus Vogelsänger. Thema: "Prozessbegleitung in Gruppen" - Eine Weiterbildung in der Kunst, Gruppen emphatisch, authentisch, kreativ und zeitgemäß begleiten, zu moderieren und zu leiten", sowie Unterweisung der Methode „gewaltfreien Kommunikation“
- Durchführung einer 2. Fortbildung für Vertreter aller Selbsthilfegruppen und interessierten Bürgern (29.10.) Thema: „Selbsthilfe entspannt“ mit Trainern zu verschiedenen Entspannungsmethoden im Rahmen eines „Tages der offenen Tür“ der Selbsthilfe-Kontaktstelle
- Ausrichtung von zwei Gesamttreffen (30.1. und 20.8.)
- Ausrichtung von drei Terminen für den Arbeitskreis „Erfahrungsaustausch in der Gruppenarbeit“ (17.3., 23.6., 24.11.)

IMPRESSUM

Herausgeber:
Stadt Wuppertal
201.54 Sozialamt
Abteilung Sozialplanung, 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
www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen