

JAHRESBERICHT 2018

Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm

**Bahnhofstr. 4 | 59065 Hamm | Tel.: 02381 12 028 | Fax: 02381 22 207 |
selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org | www.selbsthilfe-hamm.de**

1. Inhalt

1. Einleitung	1
2. Rahmenbedingungen und Personalausstattung	1
3. Statistik 2018.....	2
4. Gruppengründungen.....	5
5. Gesamtplenumtreffen	5
6. Förderung örtlicher Selbsthilfegruppen durch die GKV	5
7. Öffentlichkeitsarbeit.....	6
8. Wichtige Veranstaltungen 2018	6
9. Projekte	7
10. Fortbildungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle	7
11. Mitarbeit in Arbeitskreisen und Gremien	8
12. Fortbildungen der MitarbeiterInnen	8
13. Perspektiven für 2019	8

Anhang:

- Stichwortverzeichnis über alle Themen von Selbsthilfegruppen in Hamm
- Pressespiegel

1. Einleitung

Das Jahr 2018 war gekennzeichnet von zwei Highlights:

Am 26. Juni 2018 feierte die Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm ihr 20jähriges Jubiläum. Die Feier wurde verbunden mit einem Selbsthilfetag auf dem Marktplatz an der Pauluskirche. 30 Selbsthilfegruppen waren an der Durchführung des Festes beteiligt. Auf dem Podium wurden Fragen zur Selbsthilfe bewegt. Umrahmt wurde der Tag von verschiedensten künstlerischen Aufführungen. Es war – trotz stürmischem Wetter - ein buntes und fröhliches Fest.

Im Oktober 2018 ist die Selbsthilfe-Kontaktstelle in die Stadtmitte umgezogen. Sie hat jetzt ihre barrierefreien Räume in unmittelbarer Nähe zur Haltestelle Westentor. Ebenfalls auf der Etage ist das Kreisgruppen-Büro des Paritätischen NRW, das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe sowie die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB). Die unterschiedlichen Beratungsangebote ergänzen sich und ermöglichen den Besucherinnen und Besuchern, Hilfen zu unterschiedlichsten Themen auf einer Etage zu bekommen.

In 2018 machte die Bearbeitung des Themas Datenschutz einen großen zusätzlichen Arbeitsbereich aus: Die Kontaktstelle hat die Selbsthilfegruppen über die neuen Datenschutzbestimmungen informiert. Außerdem wurde von jedem Ansprechpartner der Gruppen eine Einwilligungserklärung über die Nutzung der personen- und gruppenbezogenen Daten eingeholt. Hierzu gab es eine Vielzahl an Beratungsgesprächen.

2. Rahmenbedingungen und Personalausstattung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist eine Beratungsstelle für alle Belange der Selbsthilfe und der Selbsthilfegruppen. Sie vermittelt Interessenten an bestehende Gruppen, unterstützt die Selbsthilfegruppen und begleitet Gruppengründungen.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wurde am 14. Februar 1997 offiziell eröffnet. Der Träger ist „Der Paritätische Landesverband Nordrhein-Westfalen“.

Finanziell gefördert wird die Kontaktstelle durch die Stadt Hamm, das Land NRW, den gesetzlichen Krankenkassen gemäß § 20 h SGB V und dem Paritätischen LV als Träger. Um besondere Projekte durchführen zu können, ist die Kontaktstelle auf Spenden und Sponsoring angewiesen. Wir bedanken uns bei allen für die finanzielle Unterstützung.

Hauptamtliche Mitarbeiter der Selbsthilfe-Kontaktstelle sind zwei pädagogische Fachkräfte und eine Verwaltungsfachkraft. Pädagogische Fachkräfte: Monika Dirks (Dipl.-Sozialpäd. – 38,5 Wo.-Std.) und Nikolas Hattenhauer (Dipl.-Sozialpäd. – 19,25 Wo.-Std.). Verwaltungsfachkraft: Tatjana Lais (Verwaltungskraft - 19,25 Wo.-Std.).

Bis Oktober 2018 befand sich die Selbsthilfe-Kontaktstelle im „Paritätischen Haus“ im Hammer Westen. Im Oktober 2018 ist die Selbsthilfe-Kontaktstelle in die Stadtmitte umgezogen (s.o.). Die Angebote der Selbsthilfe-Kontaktstelle stehen allen Bürgern und Bürgerinnen der Stadt Hamm zur Verfügung und sind kostenfrei.

Außerhalb der ständigen Öffnungszeiten sind Gespräche und Treffen nach Absprache möglich. Ebenso Besuche bei den Selbsthilfegruppen.

3. Statistik 2018

In der Zeit vom 01.01. – 31.12.2018 wurden folgende Tätigkeiten in der Selbsthilfe-Kontaktstelle durchgeführt:

Statistische Angaben Januar – Dezember 2018

Kontakte insgesamt: 2.459
Anliegen insgesamt: 2.840

Kontakte zu Professionellen: 1.192
Kontakte zu Selbsthilfegruppen: 859
Kontakte zu Interessenten: 329

Sammelanschreiben insgesamt: 3.064

Art der Kontakte:

schriftlich: 1.755
telefonisch: 563
persönlich: 133

Geschlecht der Interessenten:

weiblich: 241
männlich: 86
unbekannt: 2

Kontakte mit:

Professionellen: 1.192
Selbsthilfegruppen: 859
Interessenten: 329
Sonstige: 79

Kontakte vermittelt über:

Professionelle: 904
Selbsthilfeunterstützungsstellen: 860
Selbsthilfegruppen: 333
Internet: 192
Veranstaltungen: 62
Sonstige: 56
Freunde, Kollegen, Angehörige: 39
Medien: 23
Selbsthilfe-, Faltblätter-, Wegweiser: 23

Anliegen insgesamt: 2.840

Anliegen von Professionellen und Interessierten:

Austausch Infos:	496
Gremienarbeit / Kooperation:	328
Suche Selbsthilfegruppe:	304
Allgemeine Selbsthilfeinfos:	216
Gruppengründung:	172
Öffentlichkeitsarbeit:	160
Sonstiges:	113
Finanzen:	92
Suche nach Profis:	28

Anliegen von Selbsthilfegruppen:

Öffentlichkeitsarbeit:	285
Gremienarbeit / Kooperation / Netzwerk:	218
Austausch aktueller Infos:	212
Organisatorische Unterstützung:	78
Finanzen, Krankenkassen – Förderung:	75
Fort- und Weiterbildung:	68
Sonstiges:	41
Starthilfe / Anleitung:	29
Vermittlung von Profis:	15
Gruppendynamik:	10

Ausgehende Einzelkontakte zu Selbsthilfegruppen: 228
(ohne Sammelanschriften und Gruppenbesuche)

Sammelanschriften:

insgesamt:	3.064
zu Selbsthilfegruppen:	2.637
zu Professionellen:	397
zu Medien:	30

Am häufigsten angefragte Themen: (Nennungen von 218 - 4)

Behinderung (n.n.b.):	218
Sucht Alkoholabhängigkeit:	120
Depression / bipolare Störungen:	102
Migration:	85
Alternativmedizin:	74
Körperbehinderung:	60
Krebs Blut-und Lymphsystem:	59
Pflegende Angehörige:	49
Sucht Medikamentenabhängigkeit:	46
Hörbehinderungen:	45
Demenz / Alzheimer:	41
Restless Legs	40
Arbeitslosigkeit/ Hartz IV/ Sozialhilfe:	39
Borderline:	35
Mehrfachbehinderung:	31
Geistige Behinderung:	29
Angst / Panik / Phobie:	26
Trauer / Tod:	24

Adipositas:	23
Lungenerkrankungen / COPD:	20
Krebserkrankungen n.n.b.	20
Familie, Eltern. Kind:	19
Fibromyalgie:	18
Multiple Sklerose:	18
Rheumatische Erkrankungen:	17
Morbus Bechterew:	15
Stoma:	13
Krebs Verdauungsorgane:	12
Gesundheitsförderung:	12
Sucht Essstörungen:	11
Seelische Gesundheit:	11
Sehbehinderung:	10
Umweltschädigungen:	9
Psychiatrieerfahrene:	9
Sonstiges:	7
Hirnschädigungen:	6
Tumorerkrankungen:	6
Sucht n.n.b.:	5
Ehrenamt /Nachbarschaftshilfe /Tauschring:	5
Sucht Co-Abhängigkeit:	4

Insgesamt gab es Anfragen zu **150** unterschiedlichen Themen.

Die Statistik 2018 erfasst ausschließlich eingehende Kontakte. Es werden lediglich ausgehende Kontakte zu Selbsthilfegruppen erfasst. Ausgehende Kontakte zu Interessenten und Professionellen werden nicht erfasst.

Statistik Homepage Selbsthilfe-Kontaktstelle:

Jahr	unterschiedliche Besucher	Anzahl Besucher
2011	2.388	2.977
2012	3.189	4.775
2013	4.268	6.621
2014	4.921	6.515
2015	5.582	7.044
2016	6.271	8.353
2017	6.485	8.283
2018	6.149	8.217

4. Gruppengründungen

Folgende Gruppen konnten nach mehreren begleiteten Treffen in der Kontaktstelle dauerhaft gegründet werden:

- Selbsthilfegruppe „Trennungsschmerz“
- Selbsthilfegruppe Polyneuropathie und Restless-Legs-Syndrom
- Polnisch sprachige Selbsthilfegruppe „Powrót“ (Umkehr) bei Alkoholabhängigkeit

Es wurden mehrere Beratungsgespräche zu folgenden Themen geführt, wobei noch keine Selbsthilfegruppen gegründet wurden:

- Mobbing / Bossing
- Pflegende Angehörige – türkischsprachige Gruppe
- Schwerhörigkeit
- Borderline
- Depression
- soziale Phobie

5. Gesamtplenumtreffen

An den regelmäßigen Gesamtplenumtreffen nehmen 30 - 40 Vertreter der Selbsthilfegruppen sowie 3 - 6 Vertreter von Institutionen aus dem Gesundheitsbereich teil. Das ist eine hohe Beteiligung und zeigt das starke Interesse der Selbsthilfegruppen an Kooperation, Information und Netzwerkarbeit. Selbsthilfe wird von den Hammer Gruppen als sozialpolitische Aufgabe für die Patienten- und Betroffenenvertretung wahrgenommen. Gesamttreffen fanden am 26.02. und 19.09.2018 statt.

Wenn es um fachspezifische Veranstaltungen oder Belange geht, finden die Treffen für einen themenspezifischen Kreis der Selbsthilfegruppen statt.

6. Förderung örtlicher Selbsthilfegruppen durch die GKV

Die Förderung der örtlichen Selbsthilfegruppen durch die gesetzlichen Krankenkassen wird in Hamm nach den gesetzlichen Bestimmungen des § 20 h SGB V durchgeführt. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle hat die Antragsunterlagen an die Gruppen gesandt sowie die Gruppen informiert und beraten. Die Federführung im Jahr 2018 lag beim Verband der Ersatzkassen vdek. Die Vergabesitzung fand in der Selbsthilfe-Kontaktstelle statt.

In 2018 wurden 37 Anträge auf kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung (pauschal) gestellt und im 1. Halbjahr 16 Anträge auf kassenindividuelle Förderung (Projekt). 37 Selbsthilfegruppen erhielten von den Krankenkassen 24.808,65 € Gemeinschaftsförderung und 16 Selbsthilfegruppen bekamen 6.212,00 € Projektförderung. Die Projektförderung für das 2. Halbjahr wurde von jeder KK einzeln durchgeführt. Über Anzahl und Fördersumme liegen keine Angaben vor.

Insgesamt wurden 53 Selbsthilfegruppen mit einer Gesamtsumme von 31.020,65 € gefördert.

7. Öffentlichkeitsarbeit

In 2018 verfasste die SHK 18 Pressemitteilungen für die Medien, führte 3 Pressegespräche, 4 Interviews und hatte Fototermine mit der Presse.

Am 21.06.2018 feierte die Selbsthilfe-Kontaktstelle das 20-jährige Jubiläum mit einer großen öffentlichen Veranstaltung auf dem Marktplatz in der Mitte von Hamm. Zu diesem Jubiläum gab es zahlreiche Artikel, Berichte, Plakate und Programme.

8. Wichtige Veranstaltungen 2018

Internationaler Frauentag 2018 am 08.03.2018

Teilnahme an einer Verschenk -Aktion „Rosen für Frauen“, einer Plakataktion und einer Filmvorführung.

Auftaktveranstaltung Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe am 02.05.2018

Teilnahme an der Podiumsdiskussion.

Eröffnung EUTB Unabhängige Teilhabeberatung Hamm am 03.05.2018

Teilnahme als Kooperationspartner der EUTB und Pressetermin.

Aktionstag Aktion Mensch 05.05.2018

Teilnahme mit Vertretern des Behindertenbeirates der Stadt Hamm zum Thema Inklusion in der Hammer Fußgängerzone.

Jubiläum 20 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm am 21.06.2018

Organisation, Planung und Durchführung einer großen öffentlichen Jubiläums-Veranstaltung auf dem Marktplatz an der Paulus-Kirche in der Hammer Innenstadt. 30 Selbsthilfegruppen waren an der Durchführung des Festes beteiligt.

Jubiläum 30 Jahre LIS der Lebenshilfe Hamm am 13.07.2018

Die Kontaktstelle nahm teil und überbrachte Glückwünsche.

Jubiläum 40 Jahre „Der Paritätische Kreisgruppe Unna“ am 16.11.2018

Die Kontaktstelle nahm teil und überbrachte Glückwünsche.

9. Projekte

Projekt selbsthilfefreundliches Krankenhaus

Seit November 2010 findet das Projekt selbsthilfefreundliches Krankenhaus statt. Kooperationspartner sind das Evangelische Krankenhaus Hamm, fünf Selbsthilfegruppen zu chronischen Erkrankungen und die Selbsthilfe-Kontaktstelle. In regelmäßigen Qualitätszirkeln werden acht Qualitätskriterien und deren Umsetzung im EVK Hamm erarbeitet und kontrolliert. Die Qualitätskriterien werden im Qualitätsbericht des EVK festgeschrieben. In 2018 haben zwei Qualitätszirkel unter der Moderation der Selbsthilfe-Kontaktstelle stattgefunden: der 28. QZ am 17.01. und der 29. QZ am 12.09.2018.

Die innerbetriebliche Fortbildung für die Mitarbeiter des EVK zum Thema Selbsthilfe wurde am 17.09.2018 durchgeführt.

Am 17.05.2018 unterrichteten die Selbsthilfe-Kontaktstelle und die Leukämie- und Lymphom Selbsthilfegruppe zum Thema „Selbsthilfe in Hamm“ und „Praktische Arbeit in einer Selbsthilfegruppe“ an der Krankenpflegeschule in Münster mit dem Ziel, Schülerinnen und Schülern die Bedeutung der Selbsthilfe nahezubringen und Patienten über diese Form der Hilfe zu informieren.

Projekt Migration und Selbsthilfew

In 2015 hat die Selbsthilfe-Kontaktstelle mit dem Projekt Migration begonnen. Ziel des Projektes ist es, türkische Migranten den Zugang zu Selbsthilfegruppen zu ermöglichen, über die Arbeitsweisen der Selbsthilfegruppen zu informieren und neue Selbsthilfegruppen in türkischer Sprache zu initiieren. Dazu wurden Materialien in türkischer Sprache erstellt, Informationen ins Türkische übersetzt und Hinweise in türkischer Sprache auf unsere Homepage gesetzt. Außerdem wurde nach themenspezifischen türkischen Informationen zu Krankheitsbildern und Selbsthilfe recherchiert.

Die Kontaktstelle wird das Projekt bei weiteren Migrantenselbstorganisationen und im Integrationsrat der Stadt vorstellen.

Die Kooperation mit dem türkischen Verein zur Selbsthilfe behinderter und nichtbehinderter türkischer Mitbürger Hamm e.V. hält weiter an. Überlegt wird die Gründung einer türkischsprachigen Selbsthilfegruppe für Pflegende Angehörige.

2018 wurde die polnischsprachige Selbsthilfegruppe „Powrót“ (Umkehr) für Alkoholabhängigkeit gegründet. Überlegt wird eine engere Kooperation und die Erstellung von Faltblättern zum Thema Selbsthilfe in polnischer Sprache.

10. Fortbildungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle

In Kooperation mit der KoSA – Kooperationsberatungsstelle für Selbsthilfegruppen und Ärzte der kassenärztlichen Vereinigung wurden zwei Fortbildungen durchgeführt.

Die Fortbildung am 16.05.2018 zum Thema „Selbsthilfe“ war für medizinisches Fachpersonal aus Hamm.

Die Fortbildung am 21.09.2018 zum Thema „Kommunikation Arzt / Patient“ war für Aktive aus Selbsthilfegruppen.

Beide Seminare waren ausgebucht und hatten große Resonanz.

11. Mitarbeit in Arbeitskreisen und Gremien

Regionale Gremien und Arbeitskreise

- Kommunale Gesundheitskonferenz
- Kommunale Konferenz Alter und Pflege für die AG Pflegende Angehörige-Vertretung von Betroffenen
- Lenkungsgruppe kommunale Suchthilfe
- Regionalplanungskonferenz EW
- Behindertenbeirat
- Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft (PSAG) und AK Nachsorge der PSAG
- Arbeitskreis für Behinderte (mit Sprecherin-Funktion)

Überregionale Arbeitskreise

- AG Selbsthilfe-Kontaktstellen im Paritätischen
- Regionaltreffen Westfalen Selbsthilfe-Kontaktstellen im Paritätischen
- LAK SHK NRW
- AK IKÖ SHK NRW

12. Fortbildungen der MitarbeiterInnen

Fachkraft Monika Dirks

- 22.-23.03.2018 Jahresarbeitsstagung Der Paritätische NRW in Kamen

Fachkraft Nikolas Hattenhauer

- 04.- 05.07.2018: Klausurtagung Selbsthilfe-Kontaktstellen im Paritätischen NRW in Essen
- 14.- 15.11.2018: KOSKON-Fortbildung „Präsenz im Gruppengespräch“ in Bergisch-Gladbach

Verwaltungskraft Tanja Lais

- 08.05.2018: ParIS II Datenbank-Workshop in Wuppertal

13. Perspektiven für 2019

- Teilnahme an der ersten bundesweiten Aktionswoche Selbsthilfe (18.-25.05.2019)
- Organisation der Teilnahme des Arbeitskreises für Behinderte am Tag der Begegnung (20.-21.06.2019), eingebettet in das NRW Landesturnfest sowie die Landesspiele Special Olympics NRW.
- Das Evangelische Krankenhaus Hamm strebt in 2019 die erneute Anerkennung zum selbsthilfefreundlichen Krankenhaus an. Dazu wird es weiter mit der Selbsthilfe-Kontaktstelle und den Selbsthilfegruppen in Qualitätszirkeln zusammenarbeiten.
- Es gibt zu mehreren Themen Anfragen und Gespräche zu Gruppengründungen:
 - Pflegende Angehörige
 - Depression für junge Betroffene
 - Rheuma
 - Borderline
 - Schwerhörigkeit

Stichwortverzeichnis: Selbsthilfegruppen in Hamm von A - Z

Adipositas

Adoptiv- und Pflegeeltern

Aids

Alkoholabhängigkeit

Alleinerziehende

Alzheimer

Angehörigengruppen

- Alzheimer/Demenz
- Krebs
- Pflegende Angehörige
- Psychische Erkrankungen
- Sucht

Angst

Aphasie

Arbeitslosigkeit, Hartz IV

Ataxie

Atemwegserkrankungen durch
Asbest und andere Stäube

Autismus

Behinderung

Blindheit

Blutkrebs

Brustkrebs/Brusterkrankungen

Cochlear Implant

COPD (Chron. obstruktive
Bronchitis)

Darmkrebs

Demenz

Depression

Diabetes

Ehrenamt

Elterninitiativen

- Adipositas
- Autismus und Kontaktstörungen
- behinderte Kinder
- Down-Syndrom
- hochbegabte Kinder
- Säugling-Kleinkind-Vorschulgruppen

Emotionale Probleme

Ess-Störungen

Familienrecht

Fibromyalgie

Flüchtlinge

Frauen

- Brustkrebs
- Frau und Kultur
- Sucht

Geistige Behinderung

Gefangenenhilfe

Gehörlosigkeit

Gesunde Ernährung

Gesundheitsförderung

Herzkrankungen

Hörbehinderung

Hospizdienste

ILCO (Stoma und Darmkrebs)

Integrative Kindergruppen

Kindergruppen/Krabbelgruppen

Kinder- und Jugendhospizdienst

Kinderschutz

Kneipp

Krebs

Kriegs- u. Wehrdienstopfer

Kriminalitätsoffer

Lesben

Leukämie

Lungenemphysem

Lymphome

Medikamentenabhängigkeit

Messies

Migration

Morbus Bechterew

Multiple Sklerose

Muskelerkrankungen

Neuropathie

Niere

Organtransplantation

Parkinson

Pflegeeltern

Pflegende Angehörige

Polnische Selbsthilfegruppe

- Alkoholabhängigkeit

Polyneuropathie

Prostata

Psychische Erkrankungen

Recht

Restless-Legs-Syndrom RLS

Rheumatische Erkrankungen

Schlafapnoe/Schlafstörungen

Schlaganfall

Schwule

Sehbehinderung

Senioren

Soziale Initiativen

Sozialverbände

Spina bifida u. Hydrocephalus

Sportgruppen zu unterschiedlichen Krankheitsbildern

Sterbebegleitung

Scheidung

Stillen

Stoma

Sucht

Tauschring

Torticollis

Transidentität

Trauer

Trennung

Türkische Behinderte und
Nichtbehinderte

Türkische Selbsthilfegruppen

- Mütter behinderter Kinder
- Frauen mit Diabetes
- Mütter hörbehinderter Kinder
- Angehörige und Betroffene bei psych. Erkrankungen
- Angehörige bei Demenzerkrankungen
- Adipositas

Unruhige Beine

Unterhalt

Urostomie

Übergewicht

Zöliakie

ZWAR-Gruppen

Das Stichwortverzeichnis ist ohne
Gewähr und ohne Anspruch auf
Vollständigkeit.
Es wird kontinuierlich aktualisiert.

Stand: Mai 2019