

# Jahresbericht 2023

- > Einleitung
- > Rahmenbedingungen
- > Finanzierung
- > Personelle Situation
- > Berichtswesen



## Einleitung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm ist die zentrale Informations- und Beratungsstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe. Sie bietet professionelle Unterstützung für Menschen, die Selbsthilfegruppen suchen oder gründen möchten. Auch bestehende Gruppen werden beraten und vernetzt.



Sitz der Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm.

## Rahmenbedingungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm arbeitet themenübergreifend und ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig. Sie wurde 1997 gegründet, Träger ist der Paritätische NRW e.V. Die Räume sind rollstuhlgerecht. Zwei Büroräume stehen zur Verfügung. Der Konferenzraum ist seit 2022 für Hybrid-Sitzungen ausgestattet.

## Finanzierung

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



Tatjana Lais, Lina Kohl und Nikolas Hattenhauer (v.l.)

## Personelle Besetzung

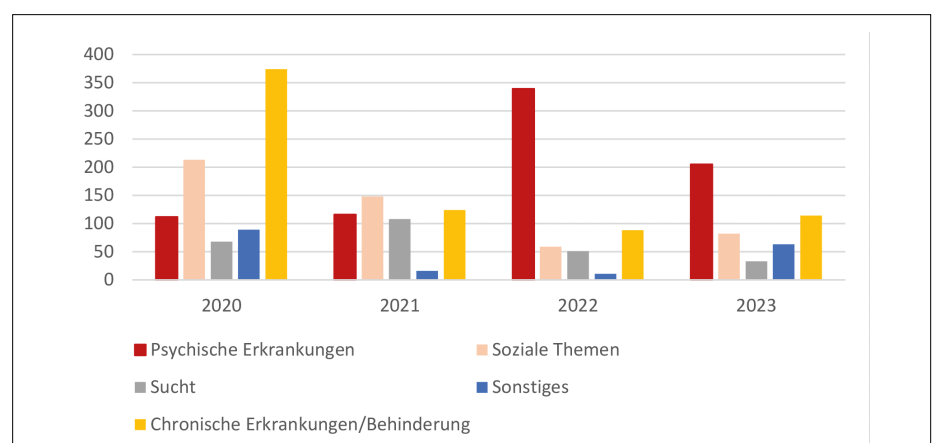
Dorothee Schackmann (Geschäftsführung), Monika Dirks (Fachkraft), Nikolas Hattenhauer (Fachkraft), Lina Kohl (Fachkraft, Krankheitsvertretung) und Tatjana Lais (Sachbearbeitung) waren jeweils in Teilzeit für die Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm tätig.

## Berichtswesen – Zahlen und Statistik

In 2023 verzeichnete die Selbsthilfe-Kontaktstelle 2.057 Kontakte. Davon erreichten uns 1.492 Kontakte über Email bzw. den Postweg, 464 telefonisch und 101 persönlich. Die Anfragen zum Thema psychische Erkrankungen sind insbesondere in 2022, aber auch in 2023 deutlich im Vergleich zu den Vorjahren gestiegen (siehe Grafik).



Motiv aus der Serie „Pack dein Problem beim Schopf“.



Anfragen nach Themen (2020 – 2023)

## Berichtswesen – Kontakte

Folgende Themen waren Inhalt von Beratungs- und Informationskontakten:

Selbsthilfeinteressierte und Profis	
Austausch Infos	409
Gremienarbeit/Kooperation	371
Allgemeine Selbsthilfefinfos	237
Suche nach Selbsthilfegruppe	224
Öffentlichkeitsarbeit	149
Gruppengründung	137
Suche nach Profis	72
Finanzen	64
Sonstiges	15
<b>Summe</b>	<b>1678</b>

Anliegen von Selbsthilfegruppen	
Austausch aktueller Infos	316
Finanzen, Krankenkassen-Förderung	103
Gremienarbeit/Kooperation/Netzwerk	91
Öffentlichkeitsarbeit	62
Organisatorische Unterstützung	52
Starthilfe/Anleitung	25
Sonstiges	13
Gruppendynamik	10
Vermittlung von Profis	7
Fort- und Weiterbildung	3
<b>Summe</b>	<b>682</b>

Neben ihren Hauptaufgaben verweist die Kontaktstelle auf professionelle Hilfsangebote und übernimmt damit eine wichtige Lotsenfunktion im Gesundheits- und Sozialbereich der Stadt.

## Kontakte zu professionellen Einrichtungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle kooperiert mit den unterschiedlichsten Akteuren aus dem Gesundheits- und Sozialwesen, mit Verbänden, Vereinen und Institutionen.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist in folgenden Gremien und Bündnissen aktiv:

- Kommunale Gesundheitskonferenz
- Kommunale Konferenz Alter und Pflege
- Lenkungsgruppe kommunale Suchthilfe
- Regionalplanungskonferenz
- Behindertenbeirat
- Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft (PSAG) und AK Teilhabe der PSAG
- Arbeitskreis für Behinderte
- Hammer Bündnis gegen Depression
- Gesunde Städte-Netzwerk

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle pflegt die Daten für Hamm in der NRW-weiten Datenbank:  
[www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de)

## Öffentlichkeitsarbeit

In 2023 verfasste die Selbsthilfe-Kontaktstelle 14 Pressemitteilungen für die Medien, ein Pressegespräch und führte 2 Interviews und Fototermine.

Die SelbsthilfeNews erschienen weiterhin alle zwei Monate per elektronischem Newsletter (mit 138 Abonnenten zu Ende 2023).





Dorothee Schackmann



Gäste beim 25-jährigen Jubiläum



Impro-Theater Emscherblut



Foto-Vortrag im FeidikForum

## Veranstaltungen 2023

Beim im Juni im Gustav-Lübke-Museum veranstalteten Hammer Suchttag wirkte die Selbsthilfe-Kontaktstelle mit.

Mit rund 150 engagierten Selbsthilfe-Vertretern, Netzwerkpartnern und Mitgliedern feierte die Selbsthilfe-Kontaktstelle am 26. Oktober 2023 ihr 25-jähriges Jubiläum. In der „Alten Werkstatt“ im Maximilianpark wurde eine wunderbare und stimmungsvolle Atmosphäre geschaffen.

Im November lud die Selbsthilfe-Kontaktstelle zu einem Foto-Vortrag zum Thema Depression ins FeidikForum ein.

## Unterstützung und Zusammenarbeit mit bestehenden Selbsthilfegruppen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle unterstützt und berät Selbsthilfegruppen bei der Öffentlichkeitsarbeit, bei organisatorischen Fragen oder Gruppenkonflikten.

Der während der Pandemie entwickelte Online-Selbsthilfe-Stammtisch ist in 2023 zu einem hybriden Selbsthilfe-Café weiterentwickelt worden. Drei Treffen wurden angeboten und von Selbsthilfe-Aktiven zum Austausch genutzt. In 2023 fand ein Gesamtplenumstreffen aller Selbsthilfegruppen statt sowie ein Vernetzungstreffen speziell für die Gruppen aus dem Bereich Sucht und psychische Erkrankung.

Insgesamt haben 137 Beratungen und Hilfen zum Aufbau neuer Selbsthilfegruppen stattgefunden.

### Folgende fünf Selbsthilfegruppen haben sich im Jahr 2023 gegründet:

- Elterngruppe Autismus
- Hochsensibilität
- Junge Erwachsene mit psychischen Erkrankungen
- Krebs
- Migräne

Ende 2023 gab es in Hamm 96 uns bekannte Selbsthilfegruppen.

## IMPRESSUM

Der Paritätische NRW  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm  
Bahnhofstraße 4 | 59065 Hamm

Tel. 02381 12 028  
selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org  
[www.selbsthilfe-hamm.de](http://www.selbsthilfe-hamm.de)

Redaktion: Nikolas Hattenhauer  
Bilder: Der Paritätische NRW  
Stand: Mai 2024

## Themen von Selbsthilfegruppen in Hamm

Adipositas | Aids | Alkoholabhängigkeit\* | Alleinerziehende\* | Alzheimer | Angst | Aphasie | Ataxie | Atemwegserkrankungen | Autismus\* | Behinderung\* | Blindheit & Sehbehinderung | Brustkrebs | Cochlea Implantat | COPD | Darmkrebs | Demenz\* | Depression | Down Syndrom\* | Drogensucht | Fibromyalgie | Gehörlosigkeit | Hochbegabung bei Kindern | Hochsensibilität | Homosexualität | Hörbehinderung | ILCO | Krebs\* | Leukämie | Lymphödeme | Medikamentenabhängigkeit | Messies | Morbus Bechterew | Multiple Sklerose | Muskelerkrankungen | Niere | Parkinson | Pflegenden Angehörige | Psychische Erkrankungen\* | Rheuma | Scheidung | Schlaganfall | Spina Bifida | Stoma | Sucht\* | Tauschring | Transidentität | Trauer | Trennung | Zöliakie | ZWAR-Gruppen

\*= und/oder Angehörige- bzw. Elterngruppen