

Jahresbericht 2023



Inhalt

Einleitung	3
Rahmenbedingungen	3
Ausstattung	4
Finanzierung	4
Personelle Situation	5
Berichtswesen – Kontakte	5
Berichtswesen – Anfragen zu Selbsthilfethemen	5
Selbsthilfegruppen	6
Unterstützung und Zusammenarbeit	6
Neugründungen von Selbsthilfegruppen in 2023	7
Fachgremien / Vernetzung	7
Veranstaltungen in 2023	8
Fortbildungsangebote	9
Landesweite Gremienarbeit	9
Ausblick	9
Selbsthilfegruppen nach Themen	10
Impressum	11

Einleitung

Das Selbsthilfe-Büro in Leverkusen ist die zentrale Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen und Menschen, die an Selbsthilfe interessiert sind. Zahlreiche Bürgerinnen und Bürger, sowie professionelle Einrichtungen und Gruppen profitieren durch die Beratung, Unterstützung, Vermittlung und Vernetzung des Selbsthilfe-Büros.

Die Mitarbeiter*innen informieren über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen, vermitteln in bestehende Gruppen bzw. verweisen an professionelle und ehrenamtliche Hilfsangebote. Die Beratung ist anonym und kostenlos.

Das Selbsthilfe-Büro ist bei der Gründung von Selbsthilfegruppen behilflich und unterstützt bestehende Gruppen, z. B. bei der Öffentlichkeitsarbeit, bei Fragen zur Selbsthilfeförderung der Krankenkassen oder bei Problemen innerhalb der Gruppe. Darüber hinaus werden Fortbildungsveranstaltungen zu selbsthilfespezifischen Themen angeboten und der Austausch unter den Gruppen gefördert.

Zum Aufgabenbereich zählt weiterhin die Kooperation mit Facheinrichtungen im Gesundheits- und Sozialbereich, Gremienarbeit sowie die bundes- und landesweite Förderung von Selbsthilfestrukturen in Deutschland.

Zwei Projekte ergänzen das Angebot des Selbsthilfe-Büros: Der Selbsthilfe-Newsletter, der alle 2 Monate online erscheint, informiert über Aktuelles aus den Selbsthilfegruppen und des Selbsthilfe-Büros. Hier finden Interessierte auch nützliche Hinweise und Informationen aus dem Sozial- und Gesundheitswesen. Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPs) unterstützt die Zielgruppe der pflegenden Angehörigen, Zugang zur Pflegeselbsthilfe zu bekommen. Durch den Austausch mit anderen Betroffenen kann Hilfe und Entlastung im Pflegealltag ermöglicht werden.

Der Paritätische NRW ist Träger von insgesamt 38 Selbsthilfe-Kontaktstellen und -Büros in ganz Nordrhein-Westfalen.



Rahmenbedingungen

Die Beratungsstelle für Selbsthilfe-Interessierte besteht seit vielen Jahren. Träger ist der Paritätische Wohlfahrtsverband, Kreisgruppe Leverkusen.

Anfang 2023 wurde die Arbeit in Form eines Selbsthilfe-Büros mit sehr begrenzten finanziellen und personellen Ressourcen durchgeführt. Dank der Unterstützung der Stadt Leverkusen konnten die Rahmenbedingungen für eine Selbsthilfe-Kontaktstelle ab 2024 geschaffen werden. Somit wird in diesem Bericht für den Zeitraum bis 31.12.2023 noch die Bezeichnung des „Selbsthilfe-Büros“ genutzt.

Bis April 2023 stand am Goetheplatz 4 im Stadtteil Op-laden ein einzelner Raum zur Verfügung, in welchem die Arbeiten der Kreisgruppe Leverkusen, des Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe sowie des Selbsthilfe-Büros



Umzugssituation: Räumlichkeiten Goetheplatz 4, Leverkusen im Januar 2023.

stattfanden. Mit zunehmenden Anfragen in allen Bereichen, wachsendem Pool der Mitarbeitenden sowie der Ausweitung des Angebots im Bereich der Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB®) wurden größere Räumlichkeiten mit einzelnen Büros erforderlich, um geschützte Beratungssituationen anbieten zu können.

Anfang Mai 2023 erfolgte dann der Umzug des Selbsthilfe-Büros in das Gesundheitshaus, Ludwig-Erhard-Platz 1, in Leverkusen-Wiesdorf. Hier befindet sich das Selbsthilfe-Büro nun in einer Gemeinschaft mit der Kreisgruppe Leverkusen des Paritätischen, der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB®), dem Blinden- und Sehbehindertenverein Rhein-Wupper e.V. und dem Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe. Die Synergieeffekte machten sich von Anfang an bemerkbar. Eingehende Beratungsanfragen können schnell und zielführend an die zuständigen Mitarbeitenden zugewiesen werden. Ein separater Gruppen-/Beratungsraum steht den Fachkräften der Selbsthilfe zur Verfügung.

Das Selbsthilfe-Büro ist ein niedrigschwelliges Angebot. Eine Kontaktaufnahme ist per Mail, Telefon oder persönlich zu festen Sprechzeiten und nach Vereinbarung möglich.

Ausstattung

Das Selbsthilfe-Büro befindet sich in den Räumlichkeiten der Kreisgruppe des Paritätischen NRW in Leverkusen. Neben den Büroräumen verfügt sie hier über einen großen Gruppenraum, der Platz für Gruppen bis zu 15 Personen bietet. Die Gruppenräume und sanitären Anlagen sind barrierefrei zugänglich. Die Räumlichkeiten sind mit einer (für Rollstuhlfahrer*innen unterfahrbaren) Teeküche ausgestattet, welche von den Gruppen genutzt werden kann. Jeder Selbsthilfegruppe steht ein Schließfach zur Verfügung. Der Gruppenraum ist mit einem Whiteboard ausgestattet, sodass Beratungs- und Gruppengespräche in der Selbsthilfe auch in hybrider Form durchgeführt werden können. Eine Lizenz für eine datenschutzkonforme Videokonferenz-Plattform steht den Gruppen zur Verfügung.



Gruppen- /Beratungsraum Ludwig-Erhard-Platz 1, Leverkusen September 2023.

Finanzierung

Das Selbsthilfe-Büro wird durch Fördermittel des Landes Nordrhein-Westfalen, der gesetzlichen Krankenkassen, der Stadt Leverkusen und durch Eigenmittel des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes finanziert. Die Leistungen und Angebote des Selbsthilfe-Büros sind für alle Interessent*innen grundsätzlich kostenfrei.

Personelle Situation

Mitte des Jahres gab es einen Personalwechsel, da die langjährige Fachkraft des Selbsthilfe-Büros mit der passiven Altersteilzeit begann. Diese hatte bisher einen Stundenanteil von 19,5 Stunden, welche nun nicht mehr zur Verfügung standen. Eine Fachkraft unterstützte im gesamten Jahr 2023 mit 6 Wochenstunden. Eine Fachkraft, welche bisher mit 2 Wochenstunden beschäftigt war, stockte ab Juli 2023 nun auf 15 Wochenstunden auf, die Verwaltungskraft auf 16 Stunden. Die personelle Aufstockung wurde möglich, weil die Stadt Leverkusen ab Mitte 2023 eigene Fördermittel für das Selbsthilfe-Büro zur Verfügung stellte. Von Juli bis Dezember 2023 unterstützte die Geschäftsführung des Paritätischen anteilig die Selbsthilfearbeit, da die Fachkraftstunden wegen einzuhaltender Übergangsfristen erst verspätet komplett besetzt werden konnten.

Das Selbsthilfe-Büro arbeitete mit Stand 31.12.2023 mit 26 Fachkraftstunden und 16 Stunden der Verwaltungskraft. Mit Stand 01.01.2024 stehen 43,25 Fachkraftstunden und 19,25 Stunden der Verwaltungskraft zur Verfügung.

Berichtswesen - Kontakte

Im Jahr 2023 verzeichnete das Selbsthilfe-Büro Leverkusen 242 eingehende Kontakte.

In Bezug auf unsere Zielgruppen der interessierten Bürger*innen, Selbsthilfegruppen und Facheinrichtungen ergab sich im vergangenen Jahr folgende Verteilung:

Eingehende Kontakte	Selbsthilfe-Interessierte	Selbsthilfe-Gruppen	Profis, Fachleute, Einrichtungen
242	169	26	47

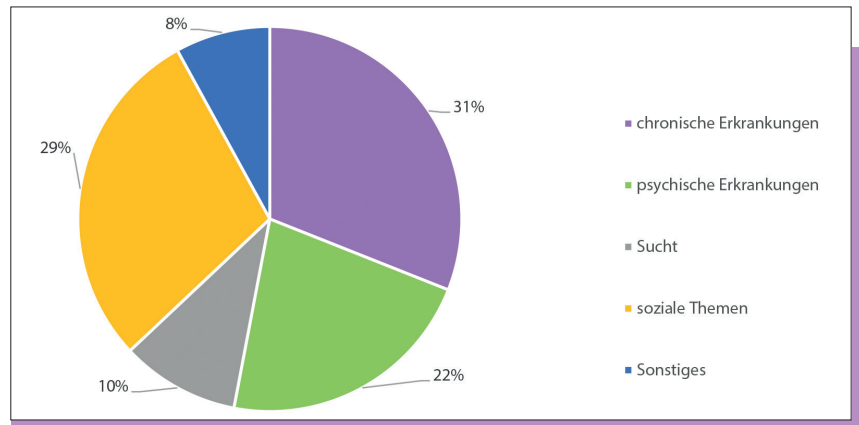
Berichtswesen - Anfragen zu Selbsthilfethemen

Auffällig war in 2023 eine verringerte Anzahl an eingehenden Anfragen, was auf die lange Erkrankungsdauer der langjährigen Fachkraft und deren nachfolgendem Eintritt in die Altersteilzeit sowie die Umzugssituation des Selbsthilfe-Büros zurückzuführen ist. Deutlich war eine Zunahme der Anfragen in der zweiten Jahreshälfte, was auf eine Stabilisierung der Situation hinweist. Überwiegend wurden Anfragen von Selbsthilfe-Interessierten bearbeitet. Auch der Kontakt zu Selbsthilfegruppen wurde aufrecht gehalten. Sichtbar wird, dass gerade in der zweiten Jahreshälfte der Kontakt zu Profis/Fachberatungsstellen und externen Einrichtungen aufgenommen wurde und das Netzwerken einen hohen Stellenwert bekam, um eine stabile Arbeitsgrundlage für 2024 zu schaffen.

Selbsthilfegruppen richteten im Jahr 2023 insgesamt 242 Unterstützungsanfragen an das Selbsthilfe-Büro. Die Anliegen waren hier breit gestreut.

Anfragen in den Themenbereichen „Chronische Erkrankungen“ bildete jeweils mit 78 Anfragen den größten Schwerpunkt.

„Soziale Themen“ wurden 74 Mal angefragt. In diesem Bereich gab es vermehrte Fragen zum Thema Pflegende Angehörige, wobei im Bereich KoPS zusätzlich noch zahlreiche Fragen im gesamten Jahresverlauf unabhängig von dieser statistischen Erhebung eingingen. Im Themenfeld „psychische Erkrankungen“ gab es insgesamt 54 Anfragen. Bezüglich „Sucht“ gab es 26 Anfragen. Zu erwähnen ist hier eine Intensivierung der Beziehungen zur Suchthilfe gGmbH Leverkusen durch die Fachkräfte, sodass ratsuchenden Menschen nicht nur adäquate Selbsthilfegruppen empfohlen wurden, sondern bei darüberhinausgehendem Beratungsbedarf direkt an die entsprechenden Mitarbeitenden der Fachstelle verwiesen werden konnte.



Selbsthilfegruppen

Das Selbsthilfe-Büro berät zu bestehenden Selbsthilfegruppen und vermittelt Erstkontakte zu Ansprechpartner*innen. Es unterstützt bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen. Im Einzugsbereich von Leverkusen gibt es zurzeit rund 40 Selbsthilfegruppen mit einem breiten Spektrum an gesundheitlichen und sozialen Themen. In diesen Selbsthilfegruppen finden Ratsuchende einen geschützten Ort des Austauschs sowie Halt und Motivation bei der Bewältigung der Themen.

Die Treffen der Selbsthilfegruppen in Leverkusen wurden auch in 2023 noch in einigen Stadtteilen von den Auswirkungen der Flutkatastrophe vom Juli 2021 aufgrund von langwierigen Renovierungsarbeiten beeinträchtigt. Einige Gruppen konnten mit Unterstützung der Fachkräfte Ausweichquartiere für die Treffen finden. Hierdurch war es möglich Gruppen vor der Auflösung zu bewahren.

Unterstützung und Zusammenarbeit

In Leverkusen besteht seit vielen Jahren die Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe. Deren Ziele sind u. a. der Austausch von Informationen und Erfahrungen, Planung und Durchführung gemeinsamer Veranstaltungen und Aktivitäten, Vertretung der Interessen der Selbsthilfegruppen gegenüber Politik, Verwaltung, Krankenkassen und Presse.

Die Arbeitsgemeinschaft wird seitens des Selbsthilfe-Büros bei Öffentlichkeitsarbeit, Organisation und Moderation der Treffen, Organisation von Sprecher- und Beiratssitzungen unterstützt. In Leverkusen entscheiden die Mitglieder des Beirates außerdem über die Vergabe der städtischen Selbsthilfefördermittel. Mit der Geschäftsführung des Selbsthilfebeirates ist der Paritätische in Leverkusen beauftragt. Auch in 2023 zeigte sich die gute Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe-Büro und Selbsthilfegruppen in Leverkusen, z.B. im Rahmen des Leverkusener Gesundheitstages.

Neugründungen von Selbsthilfegruppen 2023

- Selbsthilfegruppe „Dämonenjäger“ für Menschen mit Depressionen in Kooperation mit dem SPZ Leverkusen
- Endometriose Selbsthilfe Leverkusen
- Pflegende Angehörige „Heinzelmännchen“
- Digitaler Stammtisch für Eltern pflegebedürftiger Kinder

Erfolgreiche Gruppengründungen 2023

- Armutsbetroffenheit
- Chronische Schmerzen
- Osteoporose
- Hochsensibilität

Fachgremien / Vernetzung

Die Zusammenarbeit und Vernetzung mit professionellen Kräften im Gesundheits- und Sozialsystem bilden eine wichtige Grundlage für die Informations- und Beratungsfunktion. In folgenden Bereichen findet kontinuierliche Vernetzung und Austausch mit den Fachkräften des Selbsthilfe-Büros statt:

Verwaltung und Politik

- Teilnahme Kommunale Gesundheitskonferenz

Krankenkassen

- Zusammenarbeit im Rahmen der Selbsthilfeförderung der Krankenkassen

Netzwerkarbeit

- Mitarbeit im Netzwerk „Leverkusen bewegt“ (Aktionstag)
- Mitarbeit im Netzwerk „Austausch Gesundheit – Netzwerk Frühe Hilfen“
- Vorstellung Selbsthilfe-Büro „Kreis der Wirkungspartner“ (Angebote für Senioren in Leverkusen)
- Sozialpsychiatrisches Zentrum (SPZ) Leverkusen
- Suchthilfe gGmbH Leverkusen
- Stadt Leverkusen (z.B. Bereich Ehrenamt, Sozialer Dienst usw.)
- Quartiersmanagement der Stadt Leverkusen
- Mitgliedsorganisationen des Paritätischen in Leverkusen

Veranstaltungen in 2023

Im Januar informierte Frau Bärbel Brünger (VdeK) die Selbsthilfe-Aktiven in einer Online-Infoveranstaltung über die aktuelle Krankenkassenförderung. Im Januar und März wurde das „Offene Marktfrühstück“ (Austauschmöglichkeit für Selbsthilfe-Aktive) in Opladen angeboten. Im Frühjahr und Herbst 2023 fanden zwei Präsenztreffen der AG Selbsthilfe Leverkusen statt. Die ersten Monate des Jahres standen derweil auch im Zeichen des Umbruchs: Aussortieren, Kartons packen für den Umzug an den neuen Standort in Wiesdorf. Im April erfolgte der Umzug in die neuen Räumlichkeiten in das Gesundheitshaus.

Im Mai waren Mitarbeitende des Selbsthilfe-Büros und des Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe sowie der EUTB® auf der Ehrenamtsbörse in der neuen Bahnstadt mit einem Informationsstand dabei.



Ehrenamtsbörse Stadt Leverkusen, Mai 2023.

Im August 2023 fand die Veranstaltung „Leverkusen bewegt“ unter der Mitwirkung des Selbsthilfe-Büros und des Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe statt.

Anfang September wurden die neuen Räumlichkeiten im Gesundheitshaus der Öffentlichkeit mit einem Tag der offenen Tür vorgestellt: es war ein großartiger Tag mit regem Austausch und kulinarischen Highlights. Beim Gesundheitstag Leverkusen stellte sich das Selbsthilfe-Büro unter Beteiligung von Selbsthilfegruppen den Fragen von interessierten Bürgerinnen und Bürgern.

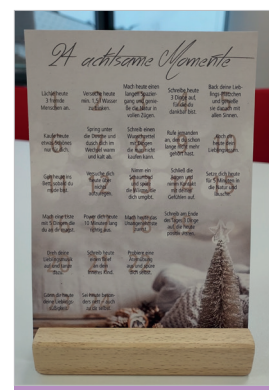


Neue Räumlichkeiten bieten seit April 2023 Platz für geschützte Beratungsgespräche, Gruppentreffen und ein barrierefreies Miteinander.

Von den Selbsthilfegruppen wurde die langjährige Fachkraft im November im Rahmen eines Frühstücks verabschiedet.

Im Dezember konnte mit Unterstützung der Gesetzlichen Krankenversicherung ein Whiteboard für den Gruppenraum angeschafft werden, sodass nun auch hybride Veranstaltungen angeboten werden können bzw. erweiterte Möglichkeiten für Fortbildungen und Veranstaltungen der Selbsthilfegruppen besteht. Zusätzlich stellten sich insbesondere zum Jahresende die neuen Fach- und Verwaltungskräfte im Rahmen der AG-Sitzungen bei den Selbsthilfegruppen vor.

Zudem wurde die Weihnachtspost zum Anlass genommen mit den Gruppen ins Gespräch zu kommen, diese näher kennen zu lernen und erste persönliche Kontakte zu knüpfen. So wurde in 2023 damit begonnen sich einen Überblick über die Leverkusener Selbsthilfelandchaft zu verschaffen, um Bedarfe zu identifizieren und auskunftsfähig auf Anfragen interessierter Personen reagieren zu können.



Weihnachtsgruß an die Selbsthilfegruppen.

Fortbildungsangebote

Am 18.03.2023 fand für Selbsthilfe-Aktive ein Regio-Seminar mit dem Thema „Herausforderndes Verhalten in der Selbsthilfegruppe, Bedürfnisse erkennen – Ressourcen nutzen“ statt. Zudem konnten Teilnehmende der Selbsthilfegruppen am 09.05.2023 an der Fortbildung „Generationenwechsel in der Selbsthilfegruppe“ teilnehmen. Das hochaktuelle Thema „Selbstfürsorge im Ehrenamt“ wurde am 26.09.2023 im Rahmen einer Fortbildung aufgegriffen.

Landesweite Gremienarbeit

Die Fachkräfte des Selbsthilfe-Büro Leverkusen sind landesweit in folgenden Gremien aktiv:

- Mitarbeit im Landesarbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW
- Mitarbeit in der AG Parität Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW Arbeitskreis Selbsthilfe-Kontaktstellen/ südliches Rheinland

Ausblick

Seit dem 01.01.2024 ist das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle komplett. Inzwischen sind die Bedingungen für eine Selbsthilfe-Kontaktstelle erfüllt.

Im Januar 2024 wird erneut eine Online-Informationsveranstaltung zu den aktuellen Förderrichtlinien der Krankenkassen angeboten. Fortbildungen sind im Jahr 2024 ab Frühjahr geplant. Eine entsprechende Interessensabfrage ist für Februar 2024 avisiert.

Das Selbsthilfe-Büro wird sich wieder bei „Leverkusen bewegt“ engagieren und am Leverkusener Gesundheitstag teilnehmen. Ende August/September 2024 wird die Mut-Tour in Leverkusen mit einem Informationsstand begrüßt. In diesem Rahmen wird die Öffentlichkeit auf das Thema Depression hingewiesen. Diverse Gruppen Gründungen stehen im ersten Halbjahr 2024 an.

Selbsthilfegruppen nach Themen

Nach Zahlen des Bundesministeriums für Gesundheit gibt es bundesweit rund 100.000 Selbsthilfegruppen zu vielen gesundheitlichen und sozialen Themen. In Leverkusen gibt es mit Stand 31.12.2023 folgende Selbsthilfegruppen:

A

AD(H)S
Adipositas
Alzheimer
Amputation
Autismus

B

Blindheit und Sehbehinderungen

C

COPD (Atemwegserkrankungen)

D

Darmerkrankungen
Demenz
Depressionen
Dialyse

E

Endometriose

K

Krebserkrankungen

L

Lungen- / Atemwegserkrankungen

M

Mobbing
Multiple Sklerose

P

Parkinson
Pflegerische Angehörige
Polio
Psychische Erkrankungen

R

Rheuma

S

Schlafapnoe
Sucht (Alkohol, Drogen, Medikamente, Spielsucht)

T

Transidentität / Transsexualität
Trauerangebote für Erwachsene
Trauerangebote für Kinder und Jugendliche

W

Wohnen im Alter

Impressum

Herausgeber

Der Paritätische NRW
Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen
Ludwig-Erhard-Platz 1 | 51373 Leverkusen

Tel.: 0214 50 09 20 47

selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-leverkusen.de

Redaktion

Nicole Stein, Sandra Blackburn, Leonora Rakipi
Selbsthilfe-Kontaktstelle Leverkusen

Layout

Ulrike Sommerfeld | Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Fotos

Titel © Rawpixel.com | stock.adobe.com
S. 3, 4, 8 Der Paritätische, Kreisgruppe Leverkusen

Erschienen

März 2024

Kennen Sie unseren Selbsthilfe-Newsletter?

www.selbsthilfe-news.de

Besuchen Sie uns auch auf Facebook!

www.facebook.com/selbsthilfe.rhein.sieg

Anzeige



Ein Portal. 700 Stichworte. 8.000 Gruppen.
Dein Wegweiser in die Selbsthilfe.



www.selbsthilfe-leverkusen.de

