



Januar/Februar 2016

> KOSKON direkt

SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLEN IN NRW

Die Selbsthilfe-Kontaktstellen haben sich als Unterstützungsstruktur in NRW bewährt! 2016 können alle 37 Selbsthilfe-Kontaktstellen auf eine Tätigkeit von mehr als 10 Jahren zurückblicken; knapp die Hälfte von ihnen besteht bereits länger als 20 Jahre. Eine flächendeckende Versorgung aller Kreise und kreisfreien Städte besteht damit noch nicht, aber - vor allem im ländlichen Bereich – wird eine Unterstützung durch sogenannte „Selbsthilfe-Büros“ angeboten, die in geringem Umfang Serviceleistungen anbieten und personell schmaler ausgestattet sind als Selbsthilfe-Kontaktstellen.

Jubiläen der SHK in NRW 2016

10 Jahre	Hochsauerlandkreis, Wuppertal
15 Jahre	Kreis Gütersloh, Krefeld
20 Jahre	Ennepe-Ruhr Kreis - Hattingen
30 Jahre	Köln, Mönchengladbach

AKTUELLE EINTRÄGE IN DER SELBSTHILFEBÖRSE

In die Selbsthilfebörse der KOSKON können sich Menschen eintragen, die von einer Erkrankung bzw. einem Problem betroffen sind und den Austausch über ihre Erkrankung mit anderen Betroffenen suchen. Voraussetzung für einen Eintrag ist, dass in NRW zu diesem Thema keine Selbsthilfegruppe arbeitet. Seit dem letzten Rundbrief enthält die Selbsthilfebörse folgende neuen Einträge:

- Burning feet Syndrom, Brennende-Füße Syndrom
- Hallux Valgus
- Narzisstische Persönlichkeitsstörung der eigenen Mutter
- Riesenzellarteriitis, Arteriitis cranialis, Arteriitis temporalis, Morbus Horton

Details zu diesen Einträgen sowie Kriterien und das Formular für einen eigenen Eintrag sind zu finden unter: www.koskon.de/adressen/selbsthilfeboerse/einzelpersonen-suchen-austausch.html

MIGRATION UND SELBSTHILFEAKTIVIERUNG

2015 endete ein Projekt "Selbsthilfe - Über kulturelle Grenzen hinweg", das vom Paritätischen Landesverband initiiert war. Ergebnisse hieraus werden durch ein landesweites Projekt ab 2016 aufgegriffen und die geschaffenen Verbindungen weiterentwickelt. In diesem Projekt nehmen nach den Landesverbänden der Gesundheitsselfhilfe die Selbsthilfe-Kontaktstellen das Thema Migration auf um Chancen und Hindernisse in der Gruppengründung zu beleuchten und entsprechende Hilfestellungen und Unterstützungsmöglichkeiten zu entwickeln. KOSKON NRW war bei der Entwicklung des Projektes dabei und wird es weiterhin fachlich mit begleiten. Neben zwei Hauptstandorten bei den Selbsthilfe-Kontaktstellen in Duisburg und Bielefeld werden sich fünf weitere Selbsthilfe-Kontaktstellen in Dortmund, Essen, Gelsenkirchen, Mönchengladbach und Warendorf als kommunikative "Knotenpunkte" zwischen den Selbsthilfe-Kontaktstellen für das Thema Migration engagieren. Das Projekt wird gefördert durch das Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter sowie die AOK Rheinland/Hamburg und die AOK NordWest. Projektträger ist die GSP - Gemeinnützige Gesellschaft für soziale Projekte mbH des Paritätischen NRW.

Weitere Informationen finden sich unter <http://www.sozialeprojekte.de/content/e334/e1166/>

DIE SELBSTHILFEAKADEMIE NRW

... ist ein Kooperationsprojekt der Gesundheitsselbsthilfe NRW, der AOK Rheinland/Hamburg, der AOK NORD-WEST und dem Paritätischen NRW.

Im Mittelpunkt stehen indikationsübergreifende Fortbildungsangebote, die für viele Selbsthilfegruppen – unabhängig vom jeweiligen Thema – von Interesse sind: Umgang mit Konflikten in der Gruppe; Unterstützung, um das Gruppenleben attraktiver zu gestalten; organisatorische Hilfestellungen, familienorientierte Selbsthilfe und Angehörigenarbeit, Projektplanung und -durchführung, Nachwuchsgewinnung und Aufgabenteilung in der Selbsthilfe, Rollenklärung von Gruppenleitungen und Reflexion der eigenen Rolle, sicherer Umgang mit Profis und vermeintlichen Autoritäten im Gesundheitswesen usw.

Das aktuelle Seminarangebot und weitere Informationen der Selbsthilfeakademie NRW finden sich unter <https://www.paritaetische-akademie-nrw.de/selbsthilfeakademie-nrw>

SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLEN STELLTEN IHRE PROJEKTE VOR

Im Dietrich-Keuning-Haus in Dortmund fand 2015 der „Markt der Möglichkeiten“ statt, bei dem die Selbsthilfe-Kontaktstellen aus ganz NRW, die an der Modellprojektförderung der Krankenkassen/-verbände in NRW 2013/2014 teilgenommen haben, ihre Projekte vorstellten. Dabei zeigten sich vier Themenschwerpunkte. Neben der Förderung der Selbsthilfe im ländlichen Raum und der damit verbundenen Aktivierung der Selbsthilfe waren dies Migration, Psychische Erkrankungen und Neue Medien.

Eine Broschüre dokumentiert diese neuen Wege in der Ansprache von chronisch erkrankten Menschen durch Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen. Die Dokumentation haben die gesetzlichen Krankenkassen/-verbände in NRW jetzt veröffentlicht. Sie kann bestellt werden bei der GKV NRW

<http://gkv-selbsthilfefoerderung-nrw.de/category/news/>

SELBSTHILFEFÖRDERUNG IM LANDESFÖRDERPLAN „ALTER UND PFLEGE“

Der Landesförderplan „Alter und Pflege“ des Landes Nordrhein-Westfalen 2016 – 2017 wurde verabschiedet. In diesem Rahmen können Akteurinnen und Akteure der Alten- und Pflegepolitik in NRW für ihre Arbeit, Projekte und Maßnahmen eine finanzielle Förderung erhalten.

Für die Selbsthilfe und Selbsthilfe-Kontaktstellen maßgeblich ist der §45d SGB XI der hier im Förderangebot 13 umgesetzt wird. Vorgesehen ist eine Förderung von Selbsthilfegruppen. Unter anderem haben Selbsthilfe-Kontaktstellen die Möglichkeit "Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe" zu werden und sich themenspezifisch der Selbsthilfe für pflegende Angehörige in besonderem Maße zuzuwenden.

Antragsfrist ist der 15. Februar 2016. Hierbei handelt es sich um eine erste Antragsfrist. Den Landesförderplan und Antragsunterlagen finden sich unter dem Link

http://www.mgepa.nrw.de/pflege/rechtsgrundlagen_2014/Landesfoerderplan/index.php

PRÄVENTIONSGESETZ – BEDEUTUNG FÜR DIE SELBSTHILFE IN NRW

Die gesundheitliche Selbsthilfe erhält ab 2016 jährlich 30 Millionen Euro zusätzliche Förderung durch die Krankenkassen. Für das Land NRW bedeutet das, auch aufgrund eines Versicherungszuwachses, dass ein Gesamtbudget für die gemeinschaftliche Förderung in Höhe von 6.451.148,34 € in 2016 zur Verfügung steht. (Quelle: www.gkv-selbsthilfefoerderung-nrw.de/daten-und-fakten-2015)

Hintergrund: Das Budget wurde durch das Präventionsgesetz im Rahmen des §20h SGB V auf 1,05 € pro Versicherten (p.V.) erhöht (bisher 0,64 €). Die Fördergelder werden zu jeweils 50% durch eine kassenindividuelle Förderung verausgabt bzw. durch eine kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung. Auf die kassenartenübergreifende Förderung entfallen wie bisher grundsätzlich 50% = 0,525 € p.V. 80% davon ist das Budget für die Landesebene = 0,42 € p.V.

DATENSCHUTZ – SELBSTVERPFLICHTUNG ZUR DATENSICHERHEIT

Gemeinsam mit der SEKIS Berlin startete die NAKOS eine Initiative, um einen gemeinsamen Prozess der Selbstverpflichtung zum Datenschutz und zur Datensparsamkeit für internetbasierte Formen der Selbsthilfe in Deutschland anzuregen. Symbolisch soll hierfür die „Datenschutzzeule“ stehen.

Weitsicht, Weisheit, Wachsamkeit – diese Eigenschaften, die der Eule zugeschrieben werden, sollten unbedingt auch beim Surfen im World Wide Web beherzigt werden, denn die Datensammelwut nimmt dort immer weiter zu. Wem der Datenschutz im Internet auch ein wichtiges Anliegen ist, der nutzt die Datenschutzzeule für seine Internetseite. Damit zeigt man den Nutzerinnen und Nutzern des Internetangebots, dass hier der Schutz der Privatsphäre wichtig ist. Worauf es dabei ankommt, sagt die "Berliner Erklärung". Die NAKOS stellt die Datenschutzzeule in verschiedenen Farben zum Download zur Verfügung. Weitere Infos unter <http://www.nakos.de/themen/internet/datenschutz/banner/>

DATENSCHUTZ – TIPPS FÜR INTERNETNUTZER/INNEN

Bei Selbsthilfethemen geht es häufig um besonders sensible und schützenswerte Informationen. Bei der Suche nach Informationen zu Erkrankungen oder Problemen im Internet oder bei der Beteiligung an internetbasiertem Austausch ist der Schutz der eigenen personenbezogenen Daten leider häufig nicht ausreichend gegeben. Der Bundesverband der Verbraucherzentrale hat unter dem Stichwort "Digitale Selbstverteidigung" Tipps für Internetnutzer/innen zusammengestellt, um sich vor „Tracking“ und Datenauswertung durch Internetdienste wie google und facebook zu schützen. Diese Tipps finden Sie unter:

www.DigitaleSelbstverteidigung.de und www.surfer-haben-Rechte.de

Außerdem ist es kein Geheimnis, dass u.a. Google viele Daten bei der Nutzung seiner Dienste speichert. Aber welche Daten das genau sind, wie diese gelöscht werden können und wie die Privatsphäre-Einstellungen angepasst werden können, das verrät [checked4you.de](https://www.checked4you.de) mit einer sehr anschaulichen Bildstrecke. <https://www.checked4you.de/google-settings>

UNABHÄNGIGE PATIENTENBERATUNG (UPD) MUSSTE GEHEN

Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) wird ab 2016 von der Sanvartis GmbH übernommen. Krankenkassen und der Patientenbeauftragte der Bundesregierung bleiben somit bei ihrer Entscheidung.

Der GKV-Spitzenverband erteilte dem Callcenter-Unternehmen im September 2015 offiziell den Zuschlag. Der Patientenbeauftragte Karl-Josef Laumann stimmte der Wahl zu. Die Vergabekammer des Bundes hatte zuvor einen Einspruch der bisherigen Träger gegen das Vergabeverfahren abgelehnt.

Die Pläne zur Umwandlung der UPD waren vom Beirat der UPD sowie von zahlreichen Patienten- und Selbsthilferevertreter/innen heftig kritisiert worden. Mit der Vergabe an ein privates Callcenter werde der Grundsatz der Unabhängigkeit und Neutralität verletzt, hieß es unter anderem. Nach Bekanntgabe der Entscheidung beendeten noch im September die Professoren Marie-Luise Dierks (MHH) und Rolf Rosenbrock, Vorsitzender des Paritätischen Gesamtverbandes, ihre Mitarbeit im Expertenbeirat für die UPD. Auslöser sei die Vergabe an die Sanvartis GmbH gewesen, teilten sie in einem Schreiben an den Patientenbeauftragten mit.

Laumann dagegen erklärte, die Beratung erhalte nun "ein modernes Gesicht": "Altbewährtes bleibt selbstverständlich erhalten. Dazu kommt eine Reihe von Verbesserungen – hin zu mehr Qualität, Regionalität und Bürgernähe. Ich bin mir sicher: Die Patientenberatung in Deutschland macht einen Quantensprung. Die Bürgerinnen und Bürger werden davon profitieren", sagte er.

Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) berät seit 2006 mit insgesamt 21 Beratungsstellen kostenfrei, neutral und unabhängig rund um das Thema Gesundheit und hilft damit Patienten und Patientinnen ihre Rechte durchzusetzen. Bisheriger Träger ist ein Konsortium aus Sozialverband VdK, Verband Unabhängiger Patientenberatung und Verbraucherzentrale Bundesverband.

(Quelle: <http://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/var@dagshg/key@1899>)

NETZWERK SELBSTHILFEFREUNDLICHKEIT UND PATIENTENORIENTIERUNG

Neue Adresse - neuer Träger: Seit Januar 2016 befindet sich das Netzwerk in Trägerschaft der NAKOS - Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen.

Die neue Adresse lautet:

Netzwerk Selbsthilfefeundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen
c/o NAKOS
Otto-Suhr-Allee 115, 10585 Berlin-Charlottenburg,
Telefon 030 - 890 96 254

> Allgemein

PRAXISORIENTIERTE SEMINARE FÜR SELBSTHILFE-GRUPPEN

Das Gustav Stresemann Institut (www.gsi-bevensen.org) bietet folgende Seminare an:

- 30.03. – 01.04.16: Gesprächsführung in schwierigen Situationen
- 22.06. – 24.06.16: Meine Rolle als Kontaktperson in der SHG: Befriedigende Aufgabe und /oder Überforderung?
- 02.11. – 04.11.16: Generationenwechsel bei Selbsthilfegruppen

Nähere Infos zu den Kursen finden sich unter

<http://www.gsi-bevensen.de/seminare/selbsthilfegruppen-ehrenamt>. Für Rückfragen steht Kai Möller unter Telefon 0 58 21 / 9 55 - 1 15 oder E-Mail kai.moeller@gsi-bevensen.de zur Verfügung.

LITERATUR / FILME

- Leitfaden für Beratung und Gruppenarbeit: Gruppen für Menschen mit beginnender Demenz – eine Anleitung zum Gründen und Gestalten.

Deutsche Alzheimer-Gesellschaft e.V. Tel: 0 30 25 93 79 50

Selbsthilfe Demenz 2015, Tel: 0 30 25 93 79 50

www.deutsche-alzheimer.de

- „Selbsthilfegruppen – anders als erwartet...“

Neue NAKOS-Broschüre mit Basisinformationen für jüngere Menschen.

Kurzweilig, auf den Punkt gebracht und in ansprechendem Layout: Die neue Broschüre „Selbsthilfegruppen – anders als erwartet ...“ richtet sich an ein jüngeres Publikum und räumt mit Vorurteilen über Selbsthilfegruppen auf. Auf 33 Seiten wird gezeigt, wie Selbsthilfegruppen arbeiten und wie sie dabei helfen, mit Problemen besser umzugehen. www.nakos.de/themen/junge-selbsthilfe/nakos

- Die Broschüre

„Selbsthilfekontaktstellen - Empfehlungen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. zu Ausstattung, Aufgabenbereichen und Arbeitsinstrumenten“

ist als überarbeitete und aktualisierte Neuauflage 2015 erschienen und kann bestellt werden:

www.dag-shg.de/service/publikationen

- WDR-Gesundheit - Selbsthilfe in der Sendung Quintessenz: „Bitte keinen Stuhlkreis“

Nicole Albers hat einen lesens- und hörenswerten Artikel zum Thema Selbsthilfe verfasst.

In diesem WDR-Beitrag zur Selbsthilfe wird auf die Vielfalt von Selbsthilfegruppen eingegangen, deren Mitglieder entscheiden, ob sie ihre gemeinsame Zeit für z.B. Gespräche, Unternehmungen oder Theater spielen nutzen möchten. Er betont die Unabhängigkeit der Selbsthilfegruppen von äußeren Einflüssen wie z.B. durch Unternehmen. Mit der Vorstellung von Selbsthilfe-Kontaktstellen als regionale Ansprechpartner für alle Fragen rund um die Selbsthilfe und einer Auflistung relevanter Internet-Plattformen werden Zugänge zur Selbsthilfe aufgezeigt.

Über diesen Link können Sie den Artikel lesen und den Beitrag hören:

<http://www1.wdr.de/themen/verbraucher/themen/gesundheit/selbsthilfe-100.html>