



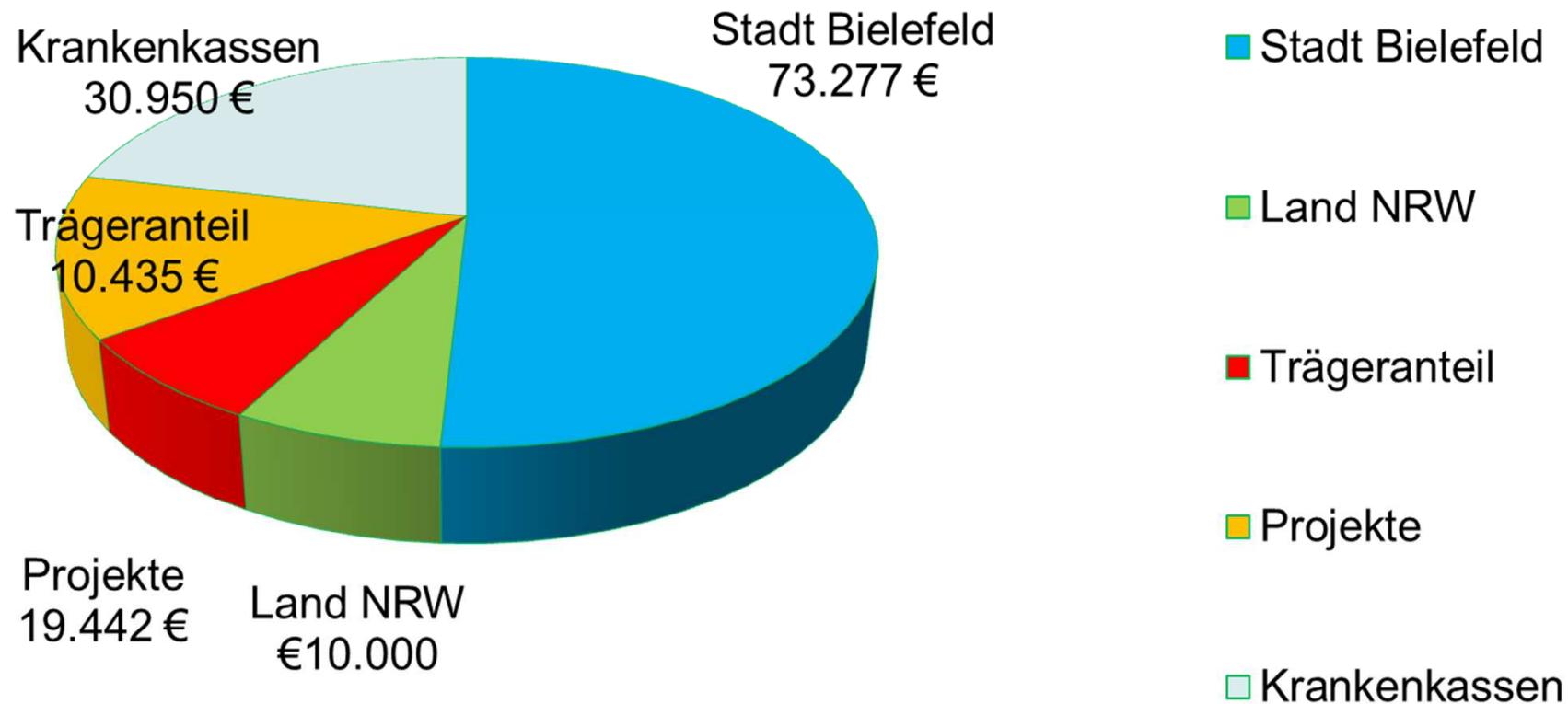
Selbsthilfe-Unterstützung in Bielefeld

Gemeinsam sein - Unterstützung finden - Stärker werden

Sitzung des
Sozial- und Gesundheitsausschuss

19. Juni 2012

Finanzierung 2011



- Richtlinie zur Unterstützung der Selbsthilfe in NRW durch Förderung von Selbsthilfe-Kontaktstellen (Selbsthilfe-Kontaktstelle Förderrichtlinie)
- Krankenkassenförderung (§ 20 Abs. 4 SGB V)
- Leistungs- und Finanzierungsvereinbarung mit der Stadt Bielefeld

Personelle Ausstattung der Selbsthilfe-Kontaktstelle

1,0 Fachkraftstelle
verteilt auf zwei Personen
(m/w)
0,5 Verwaltungsstelle
4 Wst. Geschäftsführung



Ricarda Sahrhage (Ind.-Kauffrau) -
Christa Steinhoff-Kemper (Dipl. Päd.)
Uwe Ohlrich (Jurist, MPH)

- **2 Gruppenräume + Teeküche**
- **2 Büroräume incl. Beratungsbereiche**
- **1 Arbeitsplatz für Praktikant/-innen**

Die Gruppenräume werden wöchentlich von **24 Selbsthilfegruppen** für ihre Gruppentreffen kostenlos genutzt.

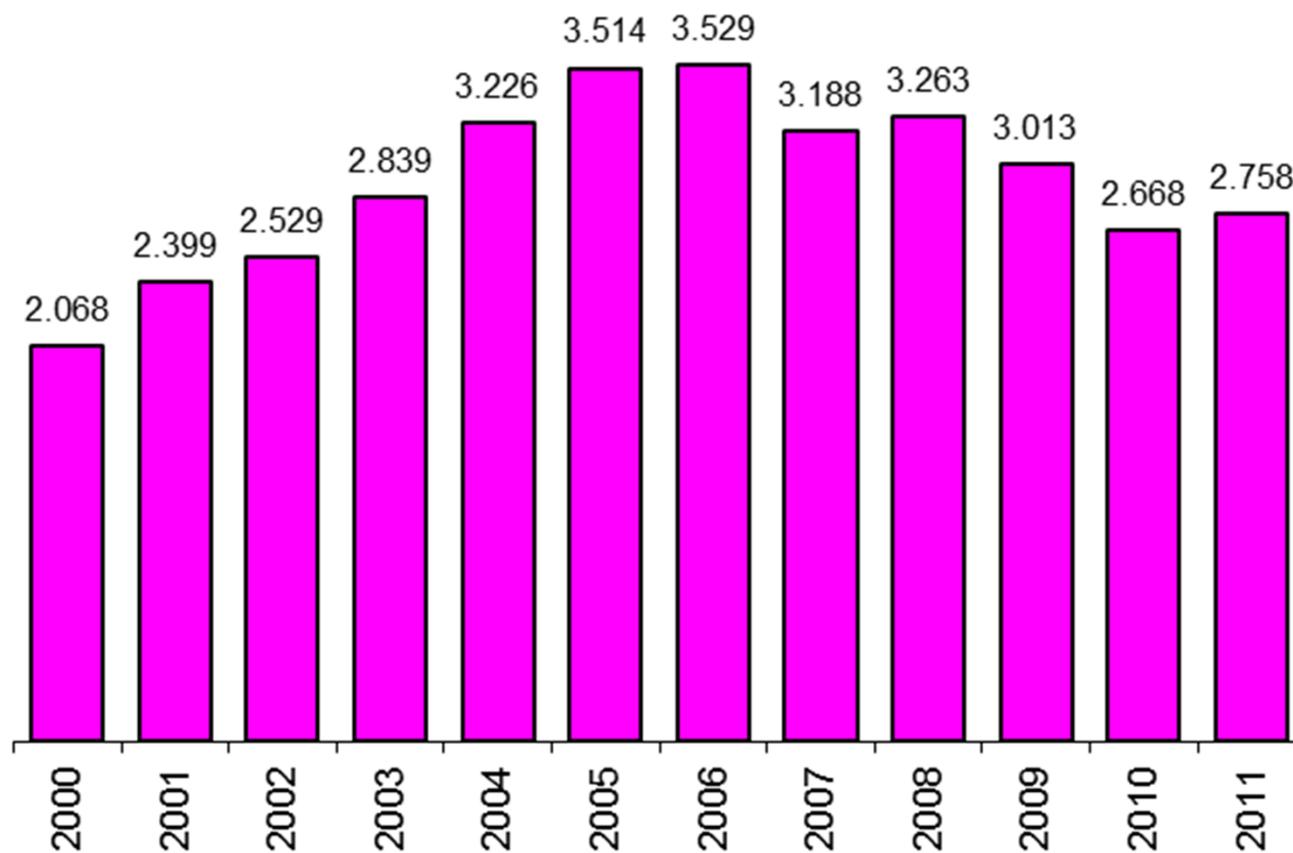
Selbsthilfegruppen nutzen Räume für ihre Treffen im gesamten Stadtgebiet.

Profil der Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld

- **Selbsthilfepotentiale von Bürgerinnen und Bürgern unterstützen**
- **Selbsthilfegruppen stabilisieren**
- **Selbsthilfe öffentlich machen**
- **Kooperation der Selbsthilfe stärken**



Entwicklung der Anfragen bis 2011

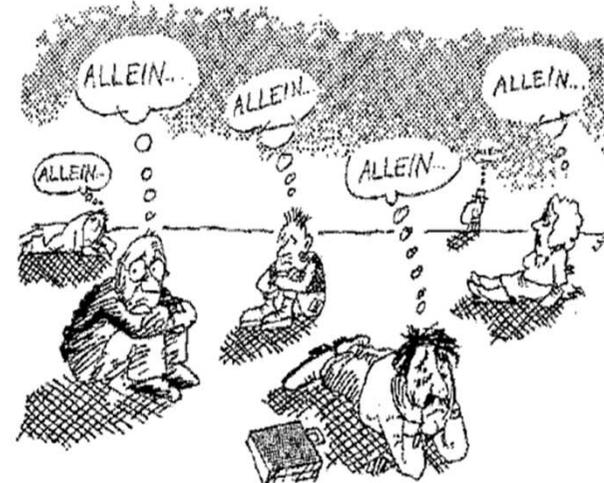


Wichtige Ursachen haben ihre Gültigkeit behalten:

- Folgen der Veränderungen im Sozial- und Gesundheitsbereich (,DRG‘, Arzt-Patient Beziehung, ,IGEL‘, Krankheitsspektrum)
- Fehlen oder Überforderung sozialer Netzwerke und Familien
- Von anderen Betroffenen lernen wollen – anderen Betroffenen helfen wollen

Kompetenzthese

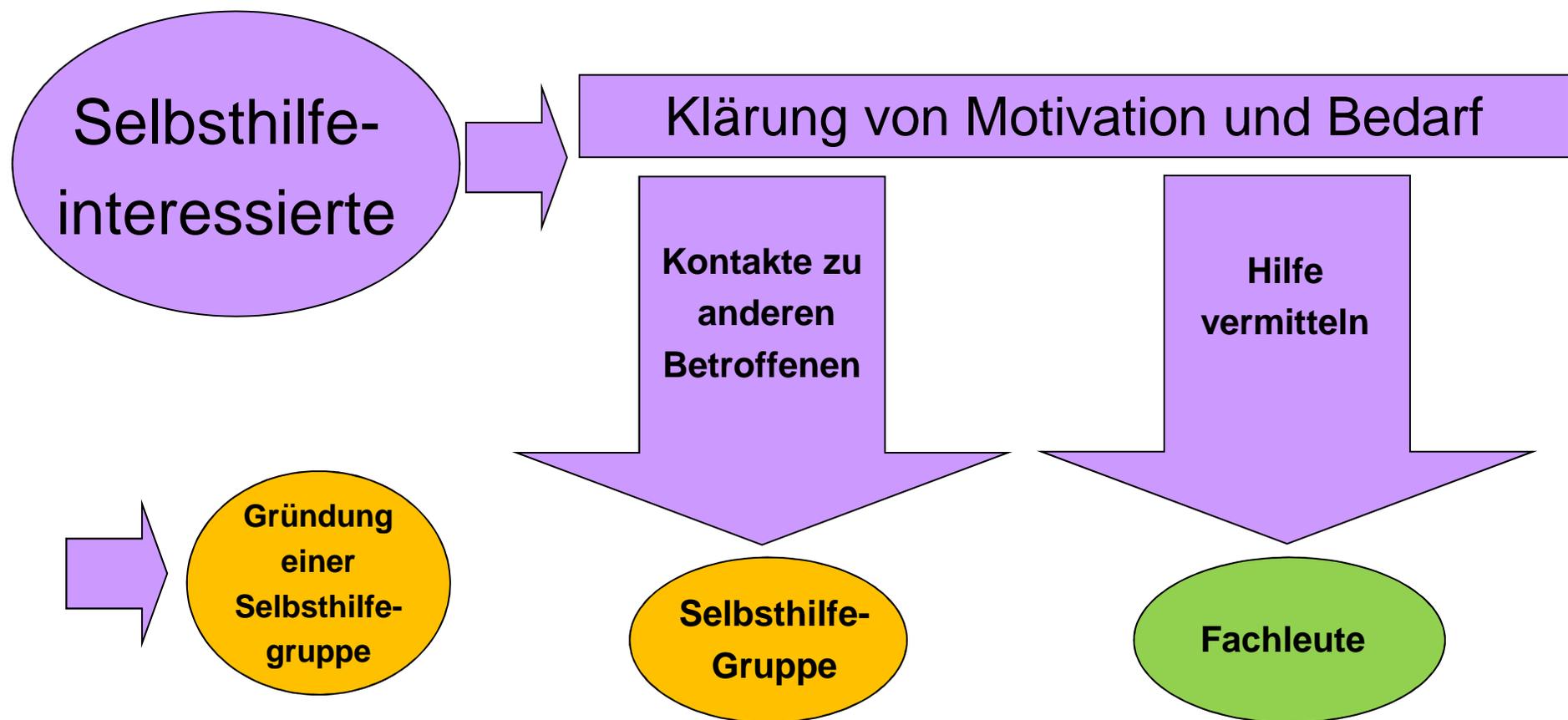
Selbsthilfe ist keine selbstverständliche Reaktion auf Mangelzustände, denen im Allgemeinen eher Passivität und Zurückgezogenheit folgen.



Ein gewisses Maß an Kompetenz und Optimismus ist notwendig, damit jemand in einer Selbsthilfegruppe aktiv ist.

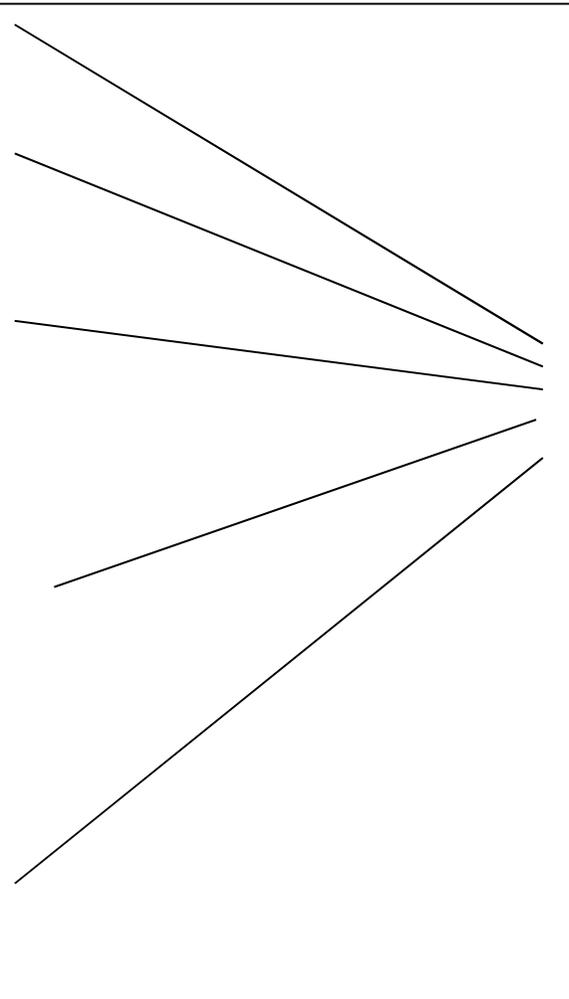
Trojan et al. 1986: Wissen ist Macht

Vermittlung von Hilfe und Selbsthilfe



Anteil der Anfragen im Bereich seelischer Gesundheit

1	Depression/bipolare Störungen	6,0%
2	Migration	4,6%
3	Psychische Belastungen und Erkrankungen – nicht näher bezeichnet	4,4%
4	Sucht: Alkohol, Medikamente, Drogen	4,2%
5	Krebserkrankungen	4,1%
6	Angst/Panik/Phobie	3,8%
7	Trennung/Scheidung	3,7%
8	Seltene Erkrankungen	3,3%
9	Familie, Eltern, Kind – nicht näher bezeichnet	2,7%
10	Gewalt/Missbrauch – Opfer	2,5%
11	Ernährung	2,3%
12	Burnout/Stress	2,3%
13	Behinderung – nicht näher bezeichnet	2,2%
14	Nahrungsmittelunverträglichkeit	2,1%
15	Sucht: Essstörungen	2,1%
16	Hörbehinderungen	2,0%
17	Gesundheitsförderung	1,5%
18	Pflegende Angehörige	1,5%
19	Borderline	1,4%
20	Trauer/Tod	1,2%



17,9 % der Anfragen.

Selbsthilfepotentiale von Bürgerinnen und Bürgern unterstützen

"Ich fühl' mich ... aber wie?!"

Selbsthilfegruppen bei seelischen Problemen.

**Aktionsreihe der Selbsthilfe-Kontaktstelle
als Reaktion auf die Steigerung der
Anfragen im Bereich psychischer
Gesundheit.**

- **Montagsreihe: Selbsthilfe im Gespräch**
- **2 Workshops zur Gruppengründung**

„Ich fühl' mich ...

launisch
panisch
einsam

aber wie?!“

Selbsthilfegruppen bei seelischen Problemen

grüblerisch überfordert
starr ausgebrannt lebensmüde
ängstlich inaktiv einsam
psychisch krank ohne Motivation
abwesend in einer Krise beschämt
leer ohnmächtig ratlos
zweifelnd gefühllos niedergeschlagen
verzweifelt traurig gereizt
gedemütigt verlassen
nicht gesehen innerlich leer und taub
antriebslos erschöpft mutlos
allein gelassen depressiv
depressiv wortlos sprachlos
unkonzentriert orientierungslos
von Gefühlen überflutet

Sie sind nicht allein.
Sprechen Sie uns an!

In Kooperation mit:
HEIMAT
KRANKENKASSE

KVWL
Kassenärztliche Vereinigung
Westfalen-Lippe

Selbsthilfepotentiale von Bürgerinnen und Bürgern unterstützen

Zusammenarbeit zur Selbsthilfeförderung für **Menschen mit Migrationshintergrund:**

- **Projekt Behinderung und Migration Bethel**
- **DRK Integrationsagentur**
- **Quartiersbüro Ostmannturnviertel**
- **Netzwerk Migration und psychosoziale Versorgung**
- **IBZ (Internationales Begegnungszentrum)**



http://www-nw-news.de/_em_daten/_nw/2011/09/05/110905_1035_kreuz.jpg



Ihre Selbsthilfekontaktstelle vor Ort

Unterstützung quer durch Deutschland

Die Projekt "Migration und Selbsthilfe" ergreift Übersiedlungsprozesse und bietet Hilfe von Selbsthilfegruppen über die Unterstützung von Selbsthilfegruppen für Migranten und Migrantinnen an.

Wir begleiten die Migration, geben Sicherheit weiter und sind bei den ersten Schritten. Wenn ich einmal groß bin werde ich Übersiedeln von Ihnen von Ihnen hören. Ich bin ein Mann blauen. Wenn ich einmal groß bin werde ich Übersiedeln von Ihnen hören. Ich bin ein Mann blauen. Wenn ich einmal groß bin werde ich Übersiedeln von Ihnen hören. Ich bin ein Mann blauen.

Selbsthilfekontaktstellen bieten:

- Beratung in Selbsthilfegruppen
- Beratung
- Kontaktbegleitung
- Telefonat

Netzwerk Selbsthilfe

BKK

Migration & Selbsthilfe

Selbsthilfe mit Migrationshintergrund braucht Unterstützung von Migrantinnen und Migranten

Zielerreichung: Initiierung von muttersprachlichen Selbsthilfegruppen

- Gründung ‚**Eltern von Kindern mit Entwicklungsverzögerungen**‘ (Russisch-sprachig)‘
- Gründung ‚**Frauen mit psychischen Belastungen**‘ (Türkisch-sprachig)‘
Gruppengründungsversuch türkischsprachige Frauen in Kooperation mit dem Quartiersbüro. Mit Unterstützung von Frau Dogan-Alagöz als Privatperson.
- Gründungsversuch ‚**Selbsthilfegruppe Diabetes**‘ (Türkisch-sprachig)
Kooperation: Filiz Selman und Gisela Kohlhage (Integrationsagentur DRK)
- Elterngruppen ‚**Behinderter Kinder**‘ (Türkisch-sprachig) (Bethel)
- Interkulturelle Gruppe ‚**Burn-Out Gefährdete**‘ (Integrationsagentur DRK)

Zielerreichung: Bestehende Selbsthilfegruppen für Migranten sensibilisieren

- Gruppenübergreifend **interkulturelle Trainings** zur Öffnung der Selbsthilfegruppen, die gut angenommen wurden (Integrationsagentur DRK) in Kooperation mit der KVWL
- Kooperation mit dem **MIMI – Projekt** Migranten für Migranten (wechselseitige Kontakte)

Selbsthilfegruppen stabilisieren



Es gibt ca. 250 Selbsthilfegruppen in Bielefeld.

2011 wurden **29 umfangreiche Gruppenberatungen** durchgeführt.

(Öffentlichkeitsarbeit, gruppeninternen Themen, Projektanträge, Kooperationsberatungen, etc.)



Kooperationsvereinbarung mit dem Psychologischen Beratungsdienst

... bis zu 3 Gruppensitzungen gruppenspezifische Beratung für Selbsthilfegruppen ...



- Neue Selbsthilfegruppen werden in der **Startphase** durch In-Gang-Setzer (Ehrenamtliche Engagierte aus der Selbsthilfe begleitet).
- In-Gang-Setzer werden vom Projekt geschult und erhalten Supervision durch die Selbsthilfe-Kontaktstelle.

Finanziell gefördert durch



Projektträger ist



Finanzielle Förderung der Selbsthilfegruppen

- Finanziellen Förderung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen durch die GKV (§ 20c Abs. 4 SGB V)



- **Pauschalförderung**

- 103 Selbsthilfegruppen haben 91.394,83 € beantragt
 - 103 Selbsthilfegruppen haben 33.955,06 € erhalten
- d.h. **im Durchschnitt haben die Gruppen, die einen Antrag gestellt hat 332,89 € erhalten.**

Beantragt wurden im Durchschnitt 887,32 €.

Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen



Regelmäßig ca. 40 - 50 SelbsthilfegruppenvertreterInnen nehmen am Informations- und Erfahrungsaustausch teil.

Selbsthilfe öffentlich machen



Selbsthilfe öffentlich machen

Beispiele:



**Selbsthilfe-Forum auf den
Bielefelder Gesundheitstagen
1994 - 2011**

www.selbsthilfe-bielefeld.de

12.097 Besucher

www.selbsthilfenetz.de

185.000 Besucher

Kooperation der Selbsthilfe stärken



Kooperation der Selbsthilfe stärken

- Kommunale Gesundheitskonferenz Bielefeld und deren Arbeitskreise: AG „Männergesundheit“, AG „Gesundheitstage“, AG „Patientenüberleitungsmanagement“



- Arbeitskreis der Stadt Bielefeld „Beratung und Selbsthilfe für behinderte Menschen in Bielefeld“



- Arbeitskreis Migration und psychosoziale Versorgung der PSAG

- Arbeitsgemeinschaft der Suchtkrankenhilfe Bielefeld



- Sonstige Themen- und Anlassbezogenen Arbeitskreise und Netzwerke

Beispiel: Themenfeld Sucht

- Kooperationsvereinbarung des Verein
freiwillige Suchtselbsthilfe mit der Hellweg Klinik (2010)
- Antragstellung (GKV) und Umsetzung des Projektes
Suchtselbsthilfewegweiser für Bielefeld (2012)
- Aktivierung der Zusammenarbeit mit dem
Verein freiwillige Suchtselbsthilfe und Gilead IV (2012)

Kooperation der Selbsthilfe stärken



Das Klinikum Bielefeld
erhielt die Auszeichnung als:
**Selbsthilfefreundliches
Krankenhaus**

Das Projekt Selbsthilfefreundliches
Krankenhaus Nordrhein-Westfalen
wird finanziell gefördert vom BKK BV GbR
und BKK-Landesverband NORDWEST,
Essen



Der Träger ist die gem. Gesellschaft für soziale
Projekte mbH, Wuppertal



Fragen der Zukunft für die Selbsthilfe in Bielefeld:

- Demographische Entwicklung
- Einbindung von Migranten/-innen
- Zunahme von psychischen Belastungen
- Einbindung der Selbsthilfe in die Versorgung.

Vielen Dank für Ihr Interesse!

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld
Stapenhorstraße 5
33615 Bielefeld
Tel. 0521/96 406 96
www.selbsthilfe-bielefeld.de
www.selbsthilfenetz.de