

Jahresbericht 2023



Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfe im Kreis Viersen

Klosterstr. 5, 41379 Brüggen
Internet: www.bis-brueggen.de
Mail: info@bis-brueggen.de
Tel.: (02163) 5622
FAX: (02163) 952679

Korporatives Mitglied bei der AWO

Vorwort

Januar 2024

In einer Zeit, in der gesellschaftliche Spannungen, Krisen und Polarisierung zuzunehmen scheinen, gewinnt der Wert von Selbsthilfe für das soziale Miteinander immer mehr an Bedeutung. Als Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Viersen ist die „BIS“ Anlaufstelle und Unterstützung für Menschen, die gemeinsam Wege finden, Herausforderungen zu bewältigen und somit ein stärkeres Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln.

Folgt man der Berichterstattung in den Medien, scheint die Gesellschaft zunehmend von Vereinzelung und Spannungen geprägt zu sein. Die Selbsthilfe kann hier einen wichtigen Gegenpol bieten. In Selbsthilfegruppen finden Menschen Orte der Begegnung, des Austauschs und der gegenseitigen Unterstützung. Sie erfahren, dass sie mit ihren Anliegen nicht alleine sind und gemeinsam in eigener Sache wirksam sein können.

Hier lernen Menschen, einander zuzuhören, sich einzufühlen und Kompromisse einzugehen. Sie erfahren den Wert der Vielfalt der Lebenswelten und dass Unterschiede nicht zwangsläufig zu Konflikten führen müssen.

Als Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle im Kreis Viersen sehen wir es als unsere Aufgabe, diesen wertvollen Beitrag der Selbsthilfe zu fördern und zu unterstützen. Wir bieten Beratung, Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit, um Menschen den Zugang zur Selbsthilfe zu erleichtern und deren Wirkung in der Gesellschaft sichtbar zu machen. In diesem Jahresbericht möchten wir Ihnen einen Einblick in unsere Arbeit geben und zeigen, wie die Selbsthilfe im Kreis Viersen dazu beiträgt, das soziale Miteinander zu stärken - gerade in Zeiten zunehmender gesellschaftlicher Herausforderungen.

Herzlichst



André Beermann
BIS e.V.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

1. Rahmenbedingungen

- 1.1. Organisation und Struktur
- 1.2. Öffnungszeiten und Erreichbarkeit
- 1.3. Finanzierung der Arbeit

2. Anzahl und Wege der Kontaktaufnahme/Dauer der Kontakte

- 2.1. Geschlechterverteilung
- 2.2. Persönlicher Hintergrund der Ratsuchenden
- 2.3. Dauer der Kontakte

3. Wege der Vermittlung

4. Verteilung der Anfragen auf Städte und Gemeinden

5. Themenschwerpunkte von Ratsuchenden

- 5.1. Beratungen mit erhöhtem Bedarf/Psychosoziale Beratung

6. Anliegen der Ratsuchenden

7. Aktivitäten und Schwerpunkte der Arbeit 2023

- 7.1. Gruppenkontakt
- 7.2. Öffentlichkeitsarbeit
- 7.3. Vernetzung und Kooperationen
- 7.4. Projekte/Aktionen/Trauercafé

8. Ausblick

Anhang I Übersicht der Selbsthilfegruppen im Kreis Viersen

Anhang II Themenliste 2023 – Übersicht der 2023 begleiteten Themen der Selbsthilfe

Anhang III Pressespiegel

1. Rahmenbedingen

1.1. Organisation und Struktur

Der Verein **BIS Beratung-Information-Selbsthilfe e.V.** ist Träger der einzigen Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle im Kreis Viersen. Er wurde 1988 aus Selbsthilfeinitiativen gegründet und hat heute 59 Mitglieder (2022: 59)

Satzungsziel:

Menschen mit gemeinsamen Problemen und Anliegen die Möglichkeit zu geben, in der Gruppe eigene Erfahrungen weiter zu geben, von Erfahrungen anderer zu profitieren, einander zu helfen.

Der amtierende **ehrenamtliche Vorstand** setzte sich in 2023 zusammen aus:

Inge Härtel

Vorsitzende, Lehrerin im Ruhestand – Brüggen

Christel Zentgraf

1. stellvertretende Vorsitzende (bis Oktober 23) Regina Gehard (ab Oktober 23)

Marianne Lipp

2. stellvertretende Vorsitzende, Kommunalpolitikerin/Kreistagsabgeordnete – Niederkrüchten

Manfred Dinter (seit August 2015) – Beisitzer

Die Kontakt- und Informationsstelle BIS (Beratung Information Selbsthilfe)

räumliche Ausstattung 2023

Hauptsitz: Klosterstr. 5 in 41379 Brüggen

Ausstattung: angemietete Büro-, Beratungs- und Gruppenräume.

Außenstelle: Begegnungsstätte Freundeskreis für Rollstuhlfahrer e.V.
Gladbacher Str. 60. 41747 Viersen

personelle Ausstattung 2023

hauptamtliche Kräfte: Fachkraft für Selbsthilfe als Vollzeitkraft
(André Beermann, Diplom-Sozialarbeiter (FH))

Fachkraft für die Verwaltung als Halbtagskraft
(Martina Kall, Verwaltungsfachkraft)

Verwaltungsfachkraft (12 Wochenstunden)
(Petra Budde, Verwaltungsfachkraft)

1.2. Öffnungszeiten und Erreichbarkeit (Kernzeiten)

| | |
|----------------------------|---------------------------------------|
| Hauptstelle Brüggen | Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag |
| Klosterstraße 5 | 9.00 Uhr – 13.00 Uhr |
| 41379 Brüggen | Mittwoch |

| | |
|---|--|
| | 16.00 Uhr – 19.00 Uhr Und nach Vereinbarung |
| Außenstelle Viersen c/o Begegnungsstätte Freundes- kreis für Rollstuhlfahrer e.V. Gladbacher Str. 60. 41747 Viersen | Mittwoch 10.00 Uhr – 13.00 Uhr und nach Vereinbarung |

1.3. Finanzierung der Arbeit

| Finanzierung der BIS-Arbeit 2023 | |
|--|---------------------|
| Gemeinde Brüggen | € 11.150,00 |
| Kreis Viersen | € 22.000,00 |
| Land NRW | € 11.000,00 |
| Krankenkassen § 20 SGB V | € 62.480,00 |
| Einnahmen Zuschüsse | € 106.630,00 |
| Selbsterwirtschaftete Mittel und Spenden | € 20.998,96 |
| | € 127.628,96 |
| Einnahmen gesamt | |
| | € 129.346,62 |
| Gesamtausgaben | |

2. Anzahl, Art und Wege der Kontaktaufnahme/Dauer der Kontakte

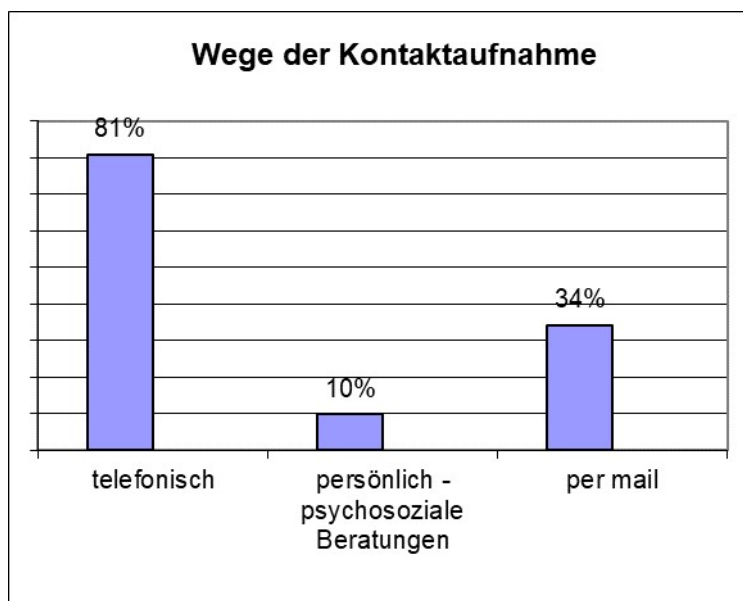
Einschub:

Grundlegendes zur statistischen Erfassung eingehender Kontakte in der BIS

Die Erfassung der Kontakte, Themen und Anliegen der Rat- und Hilfesuchenden erfolgt in einer Anfragenstatistik, die einheitlich Verwendung in allen Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfebüros in Nordrhein-Westfalen findet. Die verwendete Anfragenstatistik ist ein zentrales Ergebnis des Qualitätssicherungskonzeptes für Selbsthilfekontaktstellen, das seit 2009 verbindlich umgesetzt wird und bis heute in der jeweils gültigen Version angewendet wird.

Zum Ende eines jeden Jahres werden die Daten aller Kontaktstellen/-büros von der Koordination für Selbsthilfe in NRW (KOSKON NRW) gebündelt und an die Krankenkassen weitergeleitet. Die Daten werden zur Bewertung der Selbsthilfetrends und Bedarfe in NRW genutzt.

In 2023 erfolgte in 995 (**2022: 1033**) Fällen eine Kontaktaufnahme mit der BIS durch rat- und hilfesuchende Bürger, professionelle Kräfte und Selbsthilfegruppen. Nicht erfasst sind dabei Einzelkontakte während Veranstaltungen, Kooperationstreffen oder Gruppenbesuchen.



| | |
|-----------------------|-----------------|
| Anfragen telefonisch: | 644 (2022:659) |
| Anfragen persönlich: | 78 (2022:81) |
| Anfragen per Mail: | 273 (2022:293) |
| Gesamt | 995 (2022:1033) |

Ein leichter Zuwachs bei den Anfragen per Mail ist wie in den Vorjahren festzustellen.

2.1. Geschlechterverteilung

Die Zahl der erfassten weiblichen Anfragenden 728 (746 in 2022) - überwiegt gegenüber der Zahl der 261 (2022: 276) männlichen Anfragenden auch in 2023. In 6 Fällen wurde das Geschlecht nicht erfasst.

2.2. Persönlicher Hintergrund der Ratsuchenden

Im Folgenden die jeweilige Anzahl nach den in der Statistik erfassten Kategorien (in Klammern der Wert aus 2022).

| | |
|------------------------------------|--|
| a) Betroffene 339 (378) | b) Selbsthilfegruppenteilnehmer 326 (373) |
| c) Professionelle 171 (133) | d) Krankenkassen 82 (71) |
| e) Angehörige 68 (62) | f) in Vertretung für Betroffene 6 (9) |
| d) Sonstige 3 (7) | |

„Professionelle“ und „Krankenkassen“ bilden je eine eigene Kategorie. Gesamt: 995 Anfragen

- häufigste Kontaktaufnahme von durch Krankheit oder soziale Probleme **a) betroffene Personen** selbst
- **b) Selbsthilfegruppenteilnehmer** bilden die zweitgrößte Gruppe der Anfragenden. Durch die teilweise schwierige Situation für die Selbsthilfegruppen erhöhte sich die Nachfrage nach Unterstützung deutlich.
- **c) Ärzte, stationäre Einrichtungen, Krankenkassen und viele andere Institutionen** lassen sich von der BIS in Sachen Selbsthilfe und weiteren Hilfsmöglichkeiten im Kreis Viersen beraten und/oder kooperieren mit der Selbsthilfekontaktstelle.
- **d) Krankenkassen** als wichtige Kooperationspartner für Kontaktstelle und Selbsthilfegruppen
- **e) Angehörige und weitere Umfeldpersonen** von Menschen, die im Hilfesuchverhalten eingeschränkt sind oder deren Umfeld unter deren Problematik leiden.

2.4. Dauer der Kontakte

Nicht erfasst sind bei der Darstellung der Dauer der Einzelkontakte anschließende Recherche- und Netzwerkarbeit, Nachbereitung, Dokumentation und weitere Aktivitäten, die meistens ein Mehrfaches an Zeit benötigen.

| Kontakt: | 5 – 15 Minuten | 15 – 30 Minuten | 30 – 45 Minuten | 45- 60 +Minuten |
|--------------------|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| telefonisch | 344 | 187 | 84 | 29 |
| persönlich | 7 | 29 | 19 | 23 |
| E-Mail | 210 | 55 | 7 | 1 |

Gesamt: 995 (nicht aufgeführt Kontakte bei Gruppenbesuchen, Kooperationstreffen, Veranstaltungen)

3. Wege der Vermittlung

Die Vermittlung zur BIS erfolgt auf unterschiedlichem Wege:

- die BIS ist eine **etablierte Einrichtung** und vielen Bürgerinnen und Bürgern bekannt
- das **Internet** ermöglicht für eine Recherche vielen Personen einen schnellen Zugang
- **Professionelle** aus dem Gesundheits- und Sozialbereich nutzen die Angebote der **BIS** für die **Vermittlung** ihrer Klienten
- viele Ratsuchende werden durch **Freunde, Kollegen oder Angehörige** auf die **BIS** aufmerksam gemacht, was sicherlich auch der ländlichen Struktur im Kreis Viersen geschuldet ist
- durch regelmäßige **Presseveröffentlichungen** wird auf die unterschiedlichen Angebote aufmerksam gemacht
- **professionelle Kräfte, Einrichtungen, Ärzte, Krankenhäuser** haben gute Erfahrungen mit der Arbeit der BIS gemacht und **empfehlen diese weiter**
- die BIS ist regelmäßig mit z.B. **Informationsständen** im Kreisgebiet präsent

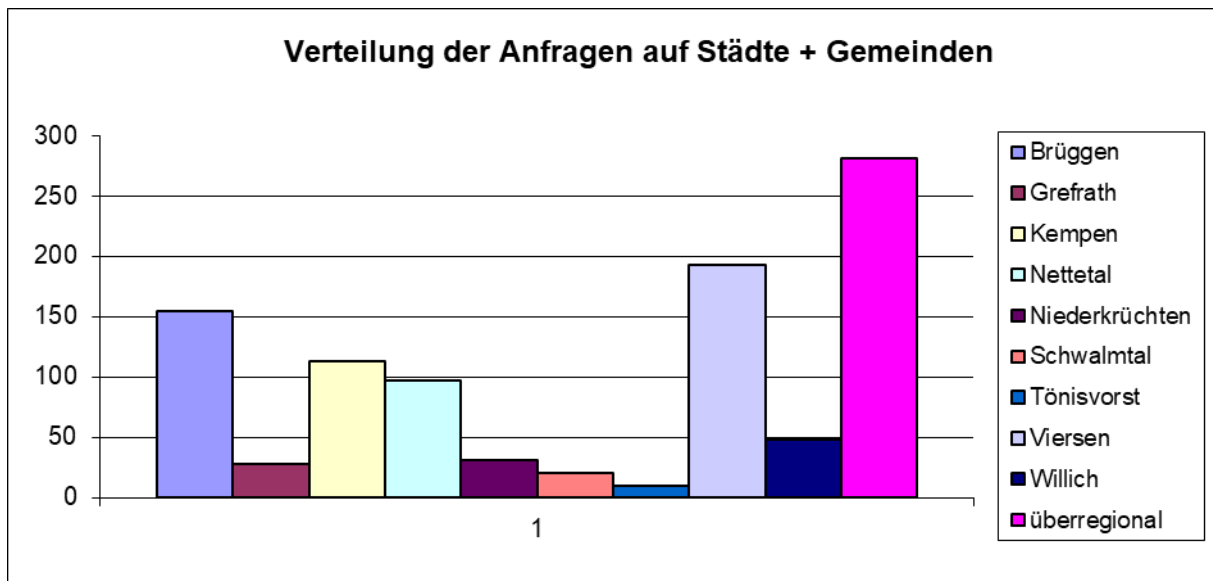
Kontakt zur BIS erfolgte über (bzw. Vermittlung über):

(in Klammern die Zahlen vom Vorjahr)

| | |
|-------------------------------------|------------------|
| Unbekannt/Sonstige | 243 (268) |
| Selbsthilfeunterstützungsstellen | 119 (96) |
| Professionelle | 75 (80) |
| Internet | 50 (57) |
| FreundInnen, Angehörige, Kollegen | 43 (35) |
| Selbsthilfegruppen | 28 (21) |
| Selbsthilfe-Zeitung/Wegweiser/Flyer | 39 (40) |
| Medien | 36 (42) |
| <u>Veranstaltungen</u> | <u>36 (21)</u> |
| Gesamt | 669 (660) |

(hier nicht aufgeführt sind die erfassten 326 (gesamt 995) Kontakte aus bereits angebotenen Selbsthilfegruppen, die z.B. eine Gruppenunterstützung oder andere selbsthilfegruppenspezifische Angebote suchen. Die Vermittlung über Selbsthilfegruppen wird dann gezählt, wenn die Kontaktaufnahme über nicht an die BIS angebundene Gruppen oder über die zu vermittelnde Person selbst erfolgt.)

4. Verteilung der Anfragen auf Städte und Gemeinden



Verteilung der (erfassten) Anfragen in Zahlen (in Klammern der Wert aus 2022):

| | |
|----------------|-----------|
| Viersen | 193 (181) |
| Brüggen | 155 (172) |
| Kempen | 113 (116) |
| Nettetal | 97 (96) |
| Niederkrüchten | 31 (30) |
| Schwalmtal | 20 (25) |
| Willich | 48 (53) |
| Grefrath | 28 (39) |
| Tönisvorst | 10 (15) |
| Überregional | 281 (272) |
| Unbekannt | 19 (34) |

Gesamt : 995 (1033)

5. Themenschwerpunkte von Ratsuchenden

Im Folgenden eine Übersicht der Themen, die in 2023 mindestens zehnmal benannt wurden.

| | |
|--|-----|
| Depression/bipolare Störungen | 116 |
| Angst/Panik/Phobie | 56 |
| Sucht Alkohol | 25 |
| Trauer/Tod | 25 |
| Demenz, Alzheimer | 24 |
| Psychosen | 15 |
| Borderline | 14 |
| Lebenskrisen - nicht näher bezeichnet | 14 |
| Behinderung - nicht näher bezeichnet | 13 |
| Corona | 13 |
| AD(H)S | 11 |
| Sucht Essstörungen | 11 |
| Familie, Eltern, Kind - nicht näher bezeichnet | 10 |

Einschub zur Statistik

Hier nicht erfasst sind die 326 Anfragenden aus den an die BIS bereits angebotenen Selbsthilfegruppen, für die in der statistischen Erfassung keine Themennennung vorgesehen ist.

Insgesamt stehen für die Erfassung der Themen/Diagnosen 141 vorgegebene Einzelthemen der Selbsthilfe zur Auswahl. Pro Anfrage können bis zu 2 Themen erfasst werden.)

Diese Liste wurde von den Krankenkassen und Selbsthilfekontaktstellen in gegenseitiger Abstimmung erstellt.

Die einzelnen Themen-Identitäten sind dann einem „Krankheitsverzeichnis“ zugeordnet, um die Häufigkeit der Schwerpunkte und Themenkreise in den Regionen darzustellen und eine größere Übersichtlichkeit herzustellen.

Aufgrund der sehr breiten Vielfalt an Themen und der Bandbreite an möglichen Adressaten lassen sich Korrelationen und Zusammenhänge bei den Nennungen nur in größer gefassten Tendenzen auswerten. (Eindrucksvoll bei Anfragen zu psychischen Erkrankungen).

Krankheitsverzeichnis/Themen der Nennungen im Kreis Viersen 2023

| | |
|---|-----|
| Allergische und asthmatische Erkrankungen / Krankheiten des Atmungssystem | 1 |
| Angeborene Fehlbildungen / Deformitäten / Chromosomenanomalien | 22 |
| Bösartige Neubildungen / Tumorbildungen | 8 |
| Chronische Schmerzen | 6 |
| Endokrine Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten | 6 |
| Hauterkrankungen / chronische Erkrankungen des Hautanhanggebildes und der Unterhaut | 0 |
| Hirnbeschädigungen | 0 |
| Infektiöse Krankheiten | 13 |
| Krankheiten der Sinnesorgane / Hör,- Seh- und Sprachbehinderungen | 3 |
| Krankheiten der Verdauungsorgane und des Urogenitaltraktes | 4 |
| Krankheiten des Blutes, des Immunsystems / Immundefekte | 0 |
| Krankheiten des Kreislaufsystem / Herz-Kreislaferkrankungen | 9 |
| Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems, der Gelenke, der Muskeln und des Bindegewebes | 19 |
| Krankheiten des Nervensystems | 42 |
| Lebererkrankungen | 0 |
| Organtransplantationen | 1 |
| Psychische und Verhaltensstörungen / Psychische Erkrankungen | 214 |
| Sonstiges | 19 |

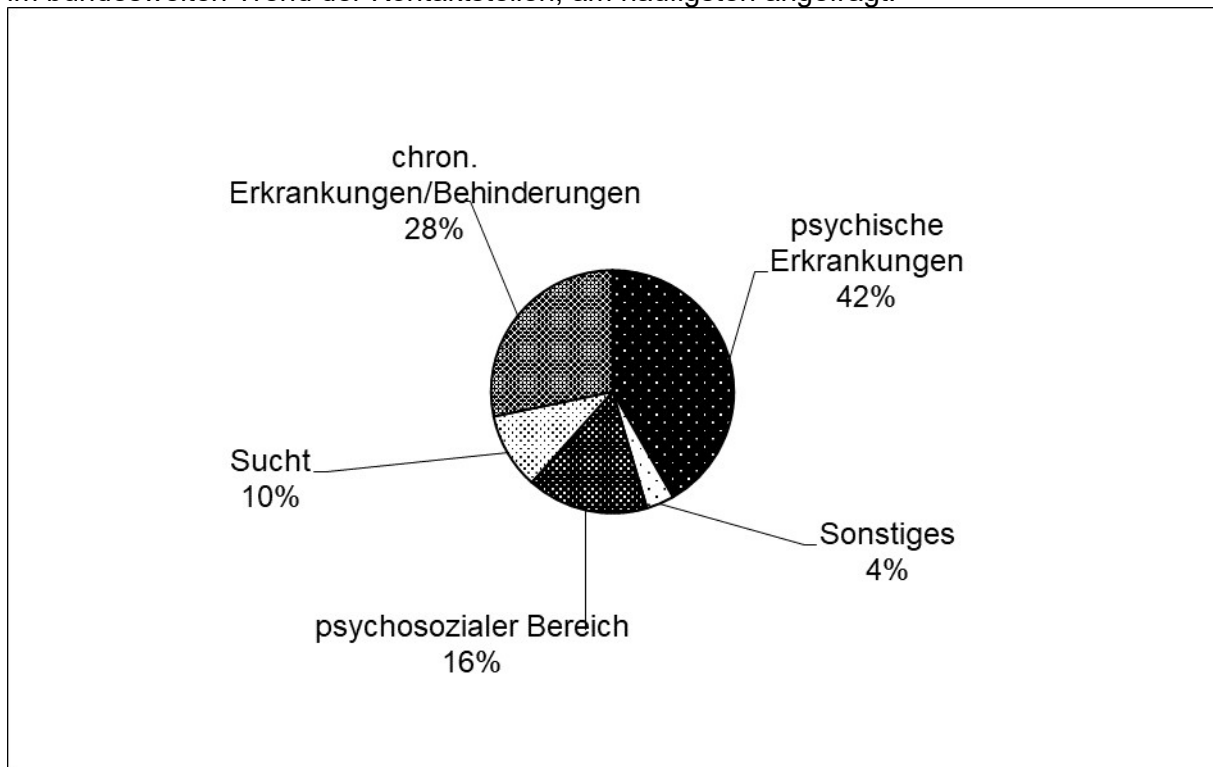
| | |
|------------------------------------|-----|
| Soziale Themen / Lebensbewältigung | 83 |
| Suchterkrankungen | 52 |
| Gesamtergebnis | 502 |

Sonstiges

Benannte Krankheitsbilder/Problemsituationen 2023 (in Klammern Vorjahreswert)

| | |
|-----------------------------------|------------------|
| psychische Erkrankungen | 214 (227) |
| Chron. Erkrankungen/Behinderungen | 145 (145) |
| Soziale Themen/Lebensbewältigung | 83 (71) |
| Suchterkrankungen | 52 (62) |
| Sonstiges | 19(13) |
| Gesamtzahl Nennungen | 502 (518) |
| davon Mehrfachnennungen | 92 (83) |

Der Bereich der psychischen Erkrankungen bleibt für die Selbsthilfekontaktstelle BIS, auch in im bundesweiten Trend der Kontaktstellen, am häufigsten angefragt.



**Verteilung der am häufigsten genannten psychischen Erkrankungen
(in Klammern der Wert des Vorjahres)**

| | |
|--------------------------------------|------------|
| Depression/bipolare Störungen | 116 |
| Angst/Panik/Phobie | 56 |
| Sucht Alkohol | 25 |
| Demenz/Alzheimer | 24 |
| Psychosen | 15 |
| Borderline | 14 |
| ADHS | 11 |
| Essstörungen | 11 |

(mehr als 10 Erfassungen)

5.1. Beratungen mit erhöhtem Bedarf/Psychosoziale Beratung

Die Beratung soll therapeutische, medizinische oder Selbsthilfe nicht ersetzen, sondern dient in diesen Fällen der:

- psychischen Stabilisierung, Orientierung und der Entlastung
- Klärung des Hilfebedarfs und der Situation des Betroffenen unter Einbeziehung der allgemeinen Lebenssituation
- Information und der Vermittlung geeigneter Hilfen, Angebote, Therapien, Selbsthilfestrukturen/Gruppen
- Förderung der Eigenkompetenz bezüglich des Krankheitsbilds und der eigenen Bedürfnisse und Ressourcen
- Förderung der Selbsthilfe in diesem Bereich im Allgemeinen

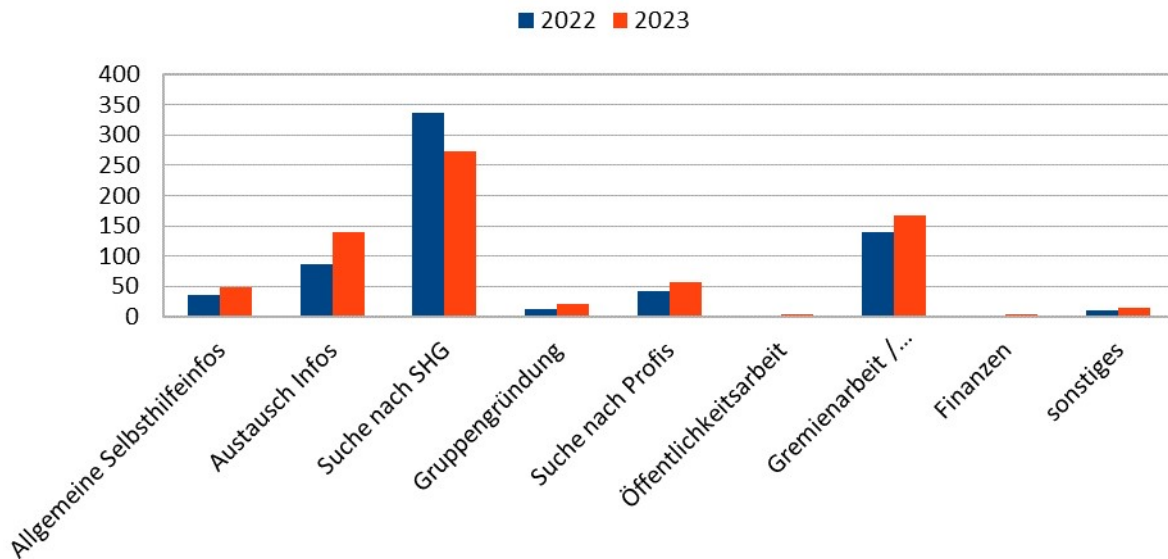
Die psychosoziale Beratung bei erhöhtem Einzel- und Klärungsbedarf wurde in 107 (2022:122) Fällen durchgeführt.

6. Anliegen der Ratsuchenden

Gesamt 2023: 728 (Vorjahr: 665) (Mehrfachnennungen möglich (59),669 berücksichtigte Ratsuchende gesamt, gesonderte Erfassung der Anliegen der angebotenen Selbsthilfegruppen)

| | 2022 | 2023 |
|--------------------------------------|-------------|-------------|
| Allgemeine Selbsthilfeinfos | 35 | 48 |
| Austausch Infos | 86 | 139 |
| Suche nach Selbsthilfegruppen | 337 | 274 |
| Gruppengründung | 12 | 21 |
| Suche nach Profis | 42 | 57 |
| Öffentlichkeitsarbeit | 1 | 3 |
| Gremienarbeit / Kooperationen | 140 | 167 |
| Finanzen | 2 | 4 |
| Sonstiges | 10 | 15 |

Anliegen der Ratsuchenden



Anliegen der Ratsuchenden 2023

7. Aktivitäten und Schwerpunkte der Arbeit 2023

7.1. Gruppenkontakt

Die Beziehungsarbeit zwischen der BIS und den regionalen Selbsthilfegruppen ist von entscheidender Bedeutung für das Funktionieren und den Erfolg der Selbsthilfearbeit. Durch eine enge Zusammenarbeit kann die BIS die Bedürfnisse und Anliegen der Selbsthilfegruppen besser verstehen und gezielter unterstützen. Sie kann den Bedarf und die Anforderungen der Selbsthilfegruppen besser erfassen und bietet Unterstützung bei organisatorischen Fragen, der Suche nach Räumlichkeiten oder finanziellen Mitteln sowie der Bewerbung von Veranstaltungen.

Die BIS dient als Vermittler zwischen den Selbsthilfegruppen und anderen Organisationen im Gesundheits- und Sozialbereich. Sie fördert die Vernetzung zwischen den Gruppen und ermöglicht den Austausch von Erfahrungen und Ressourcen. Durch Beziehungsarbeit können gezielt inhaltliche Impulse angeboten werden, die auf die Bedürfnisse der Selbsthilfegruppen zugeschnitten sind. Meist wird durch Stärkung der Gruppenteilnehmer*innen die Qualität der Selbsthilfearbeit verbessert. Die BIS bietet eine kontinuierliche Begleitung und Beratung für Selbsthilfegruppen an, steht als Ansprechpartner für Fragen und Probleme zur Verfügung und unterstützt bei der Lösungsfindung. Insgesamt trägt die Beziehungsarbeit dazu bei, die Selbsthilfearbeit zu stärken, die Selbsthilfegruppen zu unterstützen und eine umfassende Unterstützung für Ratsuchende sicherzustellen.

Übersicht Anzahl der 2023 von der BIS erfassten und begleiteten Selbsthilfegruppen im Kreis Viersen nach Oberbegriffen

| | |
|--|---------|
| Chronisch Erkrankungen/ Behinderungen | 56 (51) |
| Gruppen Psychosozialer Bereich | 18 (18) |
| Gruppen Eltern-Kind/ Familie | 17 (18) |
| Gruppen Psychische Erkrankungen | 16 (16) |
| Gruppen Suchterkrankungen | 14 (14) |

In 2023 gab es 326 Anfragen (373 in 2022) aus den Selbsthilfegruppen. Hier waren bezüglich der Bedarfe **Mehrfachnennungen** möglich: Gesamtzahl 409 (343). Es wird deutlich, dass mit Auslaufen der Einschränkungen der Pandemie und einer zunehmenden Normalisierung der zuvor überfordernden Anpassungsleistungen auch die Nachfrage nach „organisatorischer Unterstützung“ signifikant gesunken ist.

Gruppenkontakt Art und Anzahl der Anfragen (in Klammern der Wert des Vorjahres):

Finanzen, Krankenkassenförderung 142 (169)

Organisatorische Unterstützung 61 (102)

Austausch aktueller Informationen 62 (69)

Öffentlichkeitsarbeit 11 (4)

Gremienarbeit/Kooperationen 23 (17)

Gruppendynamik 39 (47)

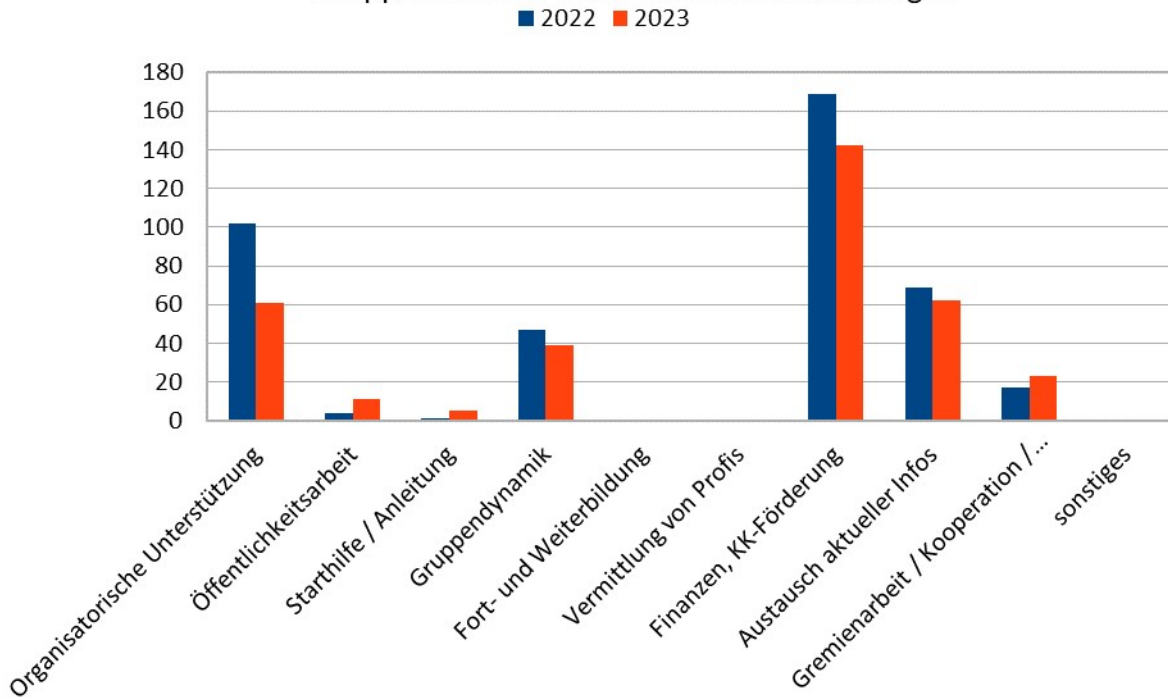
Starthilfe/Anleitung 5 (1)

Vermittlung von Profis 0 (0)

Sonstiges 0 (0)

Gesamt 343 (326 Anfragen aus den Selbsthilfegruppen, Mehrfachnennungen enthalten)

Gruppenkontakt: Art und Anzahl der Anfragen



7.2. Öffentlichkeitsarbeit

„SelbsthilfeNews für den Kreis Viersen“

Seit März 2020 gibt die Selbsthilfekontaktstelle BIS zweimonatlich den Online-Newsletter „SelbsthilfeNews für den Kreis Viersen“ heraus. Dieser kann über eine zentrale Plattform als E-Mail-Newsletter abonniert werden, aber auch als PDF-Datei von der Homepage der BIS heruntergeladen werden.

„SelbsthilfeNews sind ein Angebot der Ersatzkassen, AOK, BKK, IKK classic, Knappschaft und SVLFG. Es handelt sich um ein Angebot im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach §20h SGB V.

Mit vier Kontaktstellen sind die SelbsthilfeNews 2013 im Rahmen eines Modellprojektes gestartet. Seitdem hat sich die SelbsthilfeNews-Familie permanent erweitert und inzwischen geben bereits 46 Städte und Regionen/Kreise in Nordrhein-Westfalen alle 2 Monate ihre SelbsthilfeNews heraus.“ (www.selbsthilfe-news.de)

Die Redaktion des Newsletters für den Kreis Viersen liegt bei der Fachkraft für Selbsthilfeunterstützung im Kreis Viersen, auch die Gestalter der regionalen Selbsthilfe haben die Möglichkeit, mit eigenen Beiträgen auf sich aufmerksam zu machen. Die Beiträge werden von der zuständigen Agentur in ein bestehendes Newsletter-Format übertragen und mit graphischen Elementen aufgewertet. So ist regelmäßig gewährleistet, dass die aktuellen Informationen zur Selbsthilfe ansprechend aufbereitet und zeitnah sowohl der breiten Öffentlichkeit, als auch der Selbsthilfe selbst zugänglich werden.

Die Selbsthilfe News sind auch als App verfügbar und auf zahlreichen Geräten nutzbar, herunterladbar auf Google Play und den Apple App Store
Beispiel Ausgabe September (Auszüge)



Die SelbsthilfeNews Kreis Viersen bieten einen Überblick auf alle selbsthilferelevanten Themen
-alle 2 Monate neu!

Gemeinsam gegen Einsamkeit: Ein Informationstag in Kempen (18.März)

Am Samstag, den 18. März 2023, öffnete das Kempener Netzwerk Initiative gegen Einsamkeit seine Türen für einen Informationstag in der Mensa am Gymnasium 24. Von 10 bis 15 Uhr beleuchteten Vorträge, Informationsstände und Gesprächsrunden die Vielschichtigkeit von Einsamkeit im Alter und zeigten Wege zur Überwindung auf.

Die Veranstaltung widmete sich den Veränderungen der Lebensstrukturen im Alter und stellte die verschiedenen Facetten von Einsamkeit in den Mittelpunkt. Von sozialer Isolation bis hin zu emotionaler Distanzierung wurden verschiedene Blickwinkel auf das Thema präsentiert. Dabei sollten nicht nur die Herausforderungen, sondern vor allem auch Lösungsansätze aufgezeigt werden.

Ein zentraler Aspekt des Informationstags war die Präsenz von örtlichen Anbietern und sozialen Initiativen im Kampf gegen Einsamkeit. Sie schufen Raum für den Austausch von Erfahrungen, gaben Tipps zur Bewältigung und stärkten das Gefühl der Gemeinschaft.

Die Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Viersen, „BIS“, nahm ebenfalls an der Veranstaltung teil und stellte ihr Angebot vor. Damit bot sie Betroffenen eine Anlaufstelle und gab Anregungen und Informationen, neue Wege aus der Einsamkeit aus Sicht der Selbsthilfe zu finden.

Einsamkeit betrifft Menschen jeden Alters und kann ernsthafte Auswirkungen auf die physische und psychische Gesundheit haben. Der Informationstag in Kempen war daher eine wichtige Gelegenheit, um das Bewusstsein für dieses Thema zu schärfen und gemeinsam Wege zu finden, um Einsamkeit zu überwinden.

Europäischer Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen 10.00 bis 14.00 Uhr, Sparkassenvorplatz Stadt Viersen, 6. Mai 2023

In diesem Jahr organisierte der Viersener Arbeitskreis für Behindertenfragen erneut einen Aktionstag auf dem Sparkassenvorplatz. Die Veranstaltung fand im Rahmen des Europäi-

schen Protesttags zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung statt. Ziel war es, auf die anhaltenden Herausforderungen in Sachen Barrierefreiheit aufmerksam zu machen. Unter der Federführung des Paritätischen Kreisverbandes organisierten die Mitglieder des Viersener Arbeitskreises die Veranstaltung. Gemeinsam wollten sie Barrieren sichtbar machen und über die Notwendigkeit von Inklusion und Teilhabe informieren.

Selbsthilfetag im Kreis Viersen - eine weitere gelungene Kooperation von BIS, der Kreisgruppe des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes und der Selbsthilfe (26.August)

Am 26. August versammelten sich Vertreterinnen der Selbsthilfekontaktstelle BIS und der Selbsthilfe auf dem belebten Sparkassenvorplatz, um den diesjährigen Selbsthilfetag in Kooperation mit dem Paritätischen Wohlfahrtsverband Kreis Viersen auszurichten.

Mit freundlicher finanzieller Unterstützung der Gemeinschaft der Krankenkassen (vertreten durch Andrea Brüls von der AOK) bot dieser Tag eine ansprechende Plattform für den Austausch zwischen Selbsthilfegruppen und Organisationen. Das Wetter, das im Vergleich zum Vorjahr perfekt war, trug zur fröhlichen Stimmung bei. Bürgermeisterin Sabine Anemüller und Dezernent Jens Ernesti sprachen Grußworte und begrüßten gemeinsam mit Barbara Shahbaz (Paritätische WFV) und André Beermann (BIS) das Publikum. Unter der musikalischen Begleitung der Gruppe "just4fun" fanden zahlreiche Selbsthilfegruppen und Einrichtungen, die dem Paritätischen Wohlfahrtsverband angehören, den Weg auf den Platz. Musik und gute Stimmung lagen in der Luft, während sich Menschen aus verschiedenen Lebensbereichen versammelten, um voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu unterstützen.

Passanten hatten die willkommene Gelegenheit, sich über die vielfältigen Angebote zu informieren.

Im Mittelpunkt des Tages standen das wechselseitige Verhältnis, die Gemeinsamkeiten und die Schnittstellen von sozialer Arbeit und Selbsthilfe. Auf der Bühne teilten Vertreter*innen aus dem Bereich der Selbsthilfe mit Schwerpunkt auf Sucht- und psychischen Erkrankungen ihre Erfahrungen und Perspektiven. Ihre authentischen Berichte gaben tiefe Einblicke in die Zusammenarbeit mit Betroffenen und verdeutlichten die Wichtigkeit der Selbsthilfe als Ergänzung zur professionellen Unterstützung.

Ein wiederkehrendes Thema auf der Bühne war der Fachkräftemangel, der im sozialen Bereich und der gesundheitlichen Versorgung eine Herausforderung darstellt. Dieser Mangel beeinflusst auch die Selbsthilfearbeit, da die Anfragen und Bedürfnisse der Betroffenen sich verändern. Der Tag schuf Raum für ehrliche Gespräche darüber, wie diese Herausforderungen angegangen werden können und wie die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfegruppen und Fachkräften gestärkt werden kann.

Der Selbsthilfetag im Kreis Viersen bot nicht nur informative Diskussionen, sondern auch eine Gelegenheit, das Gemeinschaftsgefühl zu stärken und die Bedeutung der Selbsthilfe in der Region hervorzuheben. Die Kombination aus Musik, Gesprächen und Austausch stellte eine positive Atmosphäre her, die die vielfältige Stärke der Selbsthilfegemeinschaft widerspiegelte.





7.3. Vernetzung und Kooperationen

Die Vernetzung von Selbsthilfekontaktstellen mit anderen Einrichtungen, Verwaltungen und Organisationen ist unerlässlich, um eine ganzheitliche Unterstützung für Ratsuchende zu gewährleisten und die Selbsthilfearbeit effektiv zu fördern. Diese Verbindungen ermöglichen einen regen Informationsaustausch über verfügbare Hilfsangebote und Veranstaltungen. Zudem erleichtert die Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen die gezielte Vermittlung von Ratsuchenden an passende Hilfsangebote.

Durch gemeinsame Veranstaltungen und Vorhaben kann die Selbsthilfekontaktstelle BIS ihre Reichweite erweitern und die Angebote der Selbsthilfe bekannter machen. Die Vernetzung mit anderen Akteuren im Gesundheits- und Sozialwesen stärkt die Selbsthilfearbeit, indem sie einen kontinuierlichen Austausch von Erfahrungen, Ressourcen und Fachwissen ermöglicht, was letztendlich dazu beiträgt, die Selbsthilfegemeinschaft zu stärken und Ratsuchenden eine umfassende Unterstützung zu bieten. Auch bietet die Vernetzung den Selbsthilfeakteuren nicht selten eine angemessene Form der Teilhabe.

Gremienarbeit, Projekte und Kooperationen in 2023:

Gremien

- Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen Kreis Viersen (in 2022 1x, 2,5 h)
- Gesamttreffen, Vergabebesitzung der Krankenkassenmittel (1x, 2,5 h)
- Arbeitskreis für Behindertenfragen in der Stadt Viersen (5x, je 2 h)
- Landesarbeitskreis Selbsthilfekontaktstellen, Arbeitskreis (4x, ganztägig)
- Länderrat der Selbsthilfekontaktstellen Hannover, Arbeitskreis (1x, 2-tägig)
- Pflegekonferenz Kreis Viersen (2x)
- Netzwerk behinderter Menschen Nettetal
- Behindertenbeirat Gemeinde Brüggen (3x, 2h)
- Deutsche Arbeitsgemeinschaft SHG Mitgliederversammlung (1x, 2 h)
- Mitgliederversammlung BIS e.V. (1x, 2,5 h)
- Gemeindepsychiatrischer Verbund Kreis Viersen (10 x, 1,5 h, teils online)
- Kreis Viersen- runder Tisch gegen Einsamkeit
- Team EUTB (12x 1,5h, meist online)
- Ag Beschwerdestelle GPV 2x 2 h
- Gesundheitskonferenz im Kreis Viersen (2x)
- Gemeinschaft der Krankenkassen

Kooperationen im Rahmen von Projekten/Fallbesprechung/fachlicher Austausch

Beratungsstellen

- *Senioren- und Pflegeberatung, fachlicher Austausch*
- *Frauenberatungsstelle Viersen*
- *Kinderschutzbund*
- *Kontakt-Rat-Hilfe,*
- *PHG Viersen*
- *Sozialpsychiatrischer Dienst Kreis Viersen*
- *Arbeiterwohlfahrt*
- *diverse Krankenkassen/-verbände*
- *KoKoBe Viersen*
- *LVR-Verbund HPH*
- *Lebenshilfe*
- *EUTB Kreis Viersen*
- *Gemeindepsychiatrischer Verbund*
- *Kosa (Kassenärztliche Vereinigung)*
- *Gesundheitsamt Kreis Viersen*
- *AWO Kreis Viersen*
- *Der Paritätische Kreis Viersen*

Selbsthilfe-Kontaktstellen/Selbsthilfe-Büros

- *Der Paritätische, Selbsthilfe- und Kontaktstelle Mönchengladbach*
- *Der Paritätische, Selbsthilfe- und Kontaktstelle Kreis Kleve*
- *Der Paritätische, Selbsthilfe- und Kontaktstelle Krefeld*
- *Der Paritätische, Selbsthilfe- Kontaktstelle Heinsberg*
- *Selbsthilfebüro Düsseldorf*
- *Wiese e.V. Essen*

Mitsprache von Betroffenen im Gemeindepsychiatrischen Verbund im Kreis Viersen - Kooperation mit dem Gemeindepshychiatrischen Verbund und der Psychiatrischen Hilfgemeinschaft Viersen (PHG Viersen e.V.) /Beschwerdestelle

Die Selbsthilfekontaktstelle BIS ist aktives Mitglied im Gemeindepshychiatrischen Verbundes im Kreis Viersen. Die Träger und Anbieter der psychiatrischen Versorgung erarbeiten hier Strategien zur Verbesserung der Versorgung und Lebenssituation von Menschen mit einer psychischen Erkrankung im Kreis Viersen. Die BIS setzt sich für die Belange der Selbsthilfe ein und trägt die Ergebnisse weiter.

Zudem richtet die BIS einen Arbeitskreis in Kooperation mit der Psychiatrischen Hilfgemeinschaft aus, deren gewählte Sprecher an den Sitzungen des Verbundes teilnehmen. (in 2023 10 Sitzungen, ca. 1,5 Stunden)

Die dazugehörige

Beschwerdestelle im Gemeindepshychiatrischen Verbund Viersen (GPV)

bietet eine wichtige Anlaufstelle für Nutzer von Einrichtungen der psychiatrischen Versorgungslandschaft, um sich unabhängig zu äußern und Beschwerden vorzutragen, die durch das interne Beschwerdemanagement der Einrichtungen nicht aufgefangen werden können.

„Thomas S. arbeitet in dem Team, das aus Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften aus diversen Einrichtungen besteht: „Als Teammitglied der unabhängigen Beschwerdestelle des Gemeindepshychiatrischen Verbundes im Kreis Viersen empfinde ich es als äußerst wichtig, als selbst von einer psychischen Erkrankung Betroffener, anderen Menschen zu helfen. Unsere Teamzusammensetzung aus Betroffenen und professionellen Kollegen ermöglicht eine besondere Form der Zusammenarbeit. Durch den Austausch unterschiedlicher Perspektiven können wir die Bedürfnisse und Sorgen derjenigen, die sich in ihren betreuenden Einrichtungen nicht verstanden fühlen, besser nachvollziehen und gemeinsam mit ihnen sowie den beteiligten Einrichtungen angemessene Lösungen erarbeiten, wenn dies vor Ort nicht ohne Hilfe möglich scheint.“

Wir arbeiten eng mit kooperierenden Einrichtungen im Bereich der sozialpsychiatrischen Versorgung im Kreis Viersen zusammen. In unserer unabhängigen Beschwerdestelle bieten wir einen Raum für offene Gespräche, in denen wir aktiv den Blickwinkel der Betroffenen einnehmen und ihnen aufmerksam zuhören. Gemeinsam erarbeiten wir Lösungen für ihre Beschwerden und setzen uns dafür ein, dass ihre Anliegen ernsthaft angegangen und angemessen behandelt werden.

Ich freue mich, Teil eines Teams zu sein, das Menschen in schwierigen Situationen unterstützt und ihnen eine Stimme verleiht. Unsere Arbeit zeigt deutlich, dass Verständnis und Empathie die Grundlagen für positive Veränderungen sind.“

Die Selbsthilfekontaktstelle BIS ist erster Ansprechpartner bei Anfragen und unter 02163-5622 erreichbar.“ (aus den „SelbsthilfeNews Kreis Viersen“ Juli 2023)



Kooperation im Rahmen der „Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB)“ im Kreis Viersen

Kooperations- und Verbundpartner: AWO Kreisverband Viersen e.V., Lebenshilfe Viersen e.V., Psychiatrische Hilfgemeinschaft GmbH, LVR Verbund HPH , BIS e.V.

Die BIS ist Teil des verbindlichen Rahmenkonzeptes zur Umsetzung und Stärkung der ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung im Kreis Viersen (www.teilhabeberatung.de) Mittlerweile ist die Förderung des bundesweiten Konzepts bis Ende 2029 weiterbewilligt worden, so dass viel Entwicklungsspielraum auch im Kreis Viersen besteht. Die BIS arbeitet eng mit dem Beraterteam der EUTB zusammen und bietet Unterstützung bei Planung und Koordination. Sie stellt die Brücke zur Selbsthilfe dar und nimmt Anfragen aus der Bevölkerung weiter, die sie mit dem Beraterteam abstimmt.

Die EUTB unterhält über die Fläche des Kreises Beratungsstandorte vor.

Neuer Beratungsstandort in der Selbsthilfekontaktstelle Brüggen

„Die EUTB („Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung von Menschen mit Behinderungen“) eröffnet ab sofort ihren Beratungsstandort in der Burggemeinde Brüggen! Menschen, die von einer körperlichen, psychischen oder geistigen Behinderung (auch als Angehörige) betroffen sind erhalten durch die Beratung kostenlos und unverbindliche Hinweise und Unterstützung zur selbstbestimmten Lebensgestaltung. Die Berater helfen bei der Orientierung bei Themen wie Wohnen, Freizeit und Arbeit, Schwerbehinderung, der Pflege und vielem mehr. Die Ratsuchenden bestimmen die Inhalte der Beratung frei. Der Beratungsansatz sieht auch den Einsatz von geschulten Peer-Beratern vor (Angehörige und selbst von Behinderung Betroffene)

Die Sprechstunde findet **mittwochs in der Zeit zwischen 15.00 und 17.00 Uhr** in der Klosterstr. 5, 41379 Brüggen, statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, aber erbeten unter 02163 - 56 22“ (aus den SelbsthilfeNews März 2023)

7.3. Besuchte Fort- und Weiterbildungen/Veranstaltungen

Fachkraft

Weimar: 12.-14.06.2023

Jahrestagung 2023 der DAG SHG

Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung heute: Wurzeln – Werte – Weiterentwicklung

Die Selbsthilfe-Unterstützungslandschaft hat sich in den letzten Jahren zu einer wichtigen und wegweisenden Szene fachlich kompetenter Selbsthilfekontaktstellen entwickelt. Ausgehend von einigen wenigen Einrichtungen in Universitäten und kleinen Vereinen, ist die Selbsthilfe heute fest in der Gesellschaft verankert. Die gemeinschaftliche Selbsthilfe basiert auf dem Prinzip, dass Menschen mit ähnlichen Herausforderungen sich zusammenschließen, um gemeinsam Lösungen zu finden und sich gegenseitig zu unterstützen. Die Selbsthilfeunterstützung wiederum zielt darauf ab, den Zugang zu diesen Angeboten zu erleichtern und die Selbsthilfegruppen in ihrer Arbeit zu stärken.

In den letzten Jahren hat sich die Selbsthilfe stetig weiterentwickelt. Der fachliche Stand ist heute höher denn je - die Selbsthilfekontaktstellen bieten professionelle Beratung, Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit an. Gleichzeitig stehen sie vor neuen Herausforderungen, etwa zunehmende gesellschaftliche Polarisierung. Auf der Fachtagung wurden diese Themen aus verschiedenen Blickwinkeln beleuchtet. Neben Diskussionsforen zu Geschichte, Grundlagen und Zukunft der Selbsthilfe, wurden auch praktische Herangehensweisen an die fachliche Arbeit der Selbsthilfeunterstützung vorgestellt. Ziel war es, Wege aufzuzeigen, wie die Selbsthilfe auch künftig ihre wichtige Rolle in der Gesellschaft stärken und ausbauen kann.

Fortbildungen zu psychischen Erkrankungen

20. April „Suizid – Suizidalität: ein Tabuthema“

Fortbildung zur Suizidalität: Schulung für Mitarbeiter von Selbsthilfekontaktstellen

Die Fortbildung der KOSKON zum Thema Suizidalität bot Mitarbeitern*innen von Selbsthilfekontaktstellen wichtige Einblicke und Kompetenzen im Umgang mit suizidgefährdeten Personen. Dabei wurden verschiedene Themen behandelt, die für Mitarbeiter von entscheidender Bedeutung waren.

Zu den zentralen Inhalten gehörten die Erkennung von Warnsignalen und Risikofaktoren für Suizidalität sowie die adäquate Kommunikation und Intervention in Krisensituationen. Den Mitarbeitern wurde vermittelt, wie sie sensibel auf Anzeichen von Suizidgedanken reagieren und welche Hilfsangebote sie Betroffenen zur Verfügung stellen können.

Des Weiteren wurden Aspekte der Selbstfürsorge und der eigenen Grenzsetzung behandelt, da die Arbeit mit suizidalen Personen emotional belastend sein konnte. Mitarbeiter lernten, wie sie ihre eigenen Ressourcen schonen und sich selbst in herausfordernden Situationen unterstützen konnten.

Die Fortbildung zur Suizidalität war so wichtig, weil Mitarbeiter*innen von Selbsthilfekontaktstellen oft als erste Anlaufstelle für Menschen in Krisensituationen fungieren – auch im Kreis Viersen.

15. Juni Fachtag „Sucht“ Nettetal

Am Donnerstag, den 15.06.2023, fand in der alten Kirche Lobberich der 10. Fachtag des GPV Kreis Viersen in Zusammenarbeit mit der LVR-Klinik Viersen zum Thema „Sucht“

statt. In dieser Veranstaltung wurden wichtige Erkenntnisse und Erfahrungen im Umgang mit Suchtthemen diskutiert. Experten aus verschiedenen Bereichen tauschten ihr Wissen aus und präsentierten neue Ansätze zur Suchtprävention und -behandlung. Die Teilnehmer erhielten einen umfassenden Einblick in die Grundlagen der Sucht und konnten wertvolle neue Impulse und Sichtweisen für ihre Arbeit mit Betroffenen mitnehmen.

7.4. Projekte/Aktionen/Trauercafé der BIS Brüggen

Trauercafé der BIS Brüggen

Das Trauercafé fungiert als ein Ort der Begegnung für Menschen, die durch den Verlust eines geliebten Angehörigen oder eines Freundes verbunden sind. Diese Personen kämpfen nicht nur mit dem schmerzhaften Verlust, sondern auch mit dem Unverständnis ihrer Umgebung, die oft erwartet, dass sie schnell wieder funktionieren sollten.

Die hohe Nachfrage nach dem Trauercafé im Jahr 2023 zeigte deutlich, dass einige Menschen langfristig von ihrer Trauer beeinträchtigt sind. Die Organisation dieser Veranstaltung gestaltete sich aufgrund der großen Teilnehmerzahl zeitweise als herausfordernd. Doch trotz der Schwierigkeiten bietet das Trauercafé einen sicheren Raum, um über Verlust, Veränderungen und den schmerzhaften Prozess der Trauer zu sprechen. Es vermittelt die Botschaft, dass Trauer zwar nicht einfach abgestellt werden kann, sich jedoch im Laufe der Zeit verändert und dass es in Ordnung ist, Unterstützung anzunehmen.

Das Trauercafé findet monatlich in der BIS in Brüggen statt und wurde in 2023 von insgesamt 25 Personen teils regelmäßig aufgesucht.

Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen im Kreis Viersen 24. Januar 2023, ab 18.30 Uhr

Am 7. Februar trafen sich zahlreiche Vertreter*innen der Selbsthilfe im „Rollitreff“ Viersen zum gemeinsamen Austausch und geselligen Beisammensein.

Als besonderer Gast stellte Frau Andrea Brüls der AOK Rheinland/Hamburg mit Sitz in Neuss die Verfahren und Bedingungen der Förderung von Selbsthilfegruppen für das laufende Jahr vor. Sie konnte zahlreiche Fragen beantworten und steht den Gruppen auch weiterhin als Ansprechpartnerin – neben der Selbsthilfekontaktstelle BIS – zur Verfügung. Die Antragsfrist für die Gruppen endet wie jedes Jahr am **31. März**. Aus dem Kreis der Anwesenden wurden Personen bestimmt, die in das Vergabeverfahren der Krankenkassenförderung im Mai zur Transparenz einbezogen werden.

Neben der Freude über das endlich wieder in Präsenz stattfindende Treffen und die persönliche Begegnung konnten viele Gruppen nach den schlimmsten Zeiten der Pandemie wieder zuversichtlicher in die Zukunft blicken und Pläne schmieden.

Als besonderes Highlight konnte Gisela Kuhn in den wohlverdienten Ruhestand entlassen werden - sie hat 35 Jahre Suchtselbsthilfe in Nettetal-Breyell für sich und andere geleistet und konnte während des Treffens ihre Nachfolgerin vorstellen. André Beermann (Leitung BIS) überraschte sie mit einem Blumenstrauß.

32 Teilnehmer*innen

Zeitaufwand des Gesamttreffens: 150 Minuten, Zeitaufwand Vor- und Nachbereitung: 5 Zeitstunden

8. Ausblick:

BIS-Stabwechsel mit Stolz und Zuversicht

Mit dem vorliegenden Jahresbericht blicken der Verein und die Beratungsstelle auf ein ereignisreiches Jahr 2023 zurück, welches auch das stolze 35-jährige Vereinsjubiläum kennzeichnete. Besonders hervorzuheben ist, dass zu Beginn dieses Jahres (2024) ein Wechsel bei der Selbsthilfekontaktstelle BIS im Kreis Viersen vollzogen wurde. Nach langjähriger engagierter Tätigkeit hat die bisherige Fachkraft für Selbsthilfeunterstützung, André Beermann, die BIS auf eigenen Wunsch verlassen. Dieser Wechsel markiert einen weiteren wichtigen Punkt in der Geschichte der Einrichtung.

Doch dank der hervorragenden Vernetzungsarbeit der vergangenen Jahre und des sehr guten Kontakts zur bestehenden Selbsthilfelandchaft im Kreis Viersen, kann dieser Entwicklung mit großer Zuversicht entgegengesehen werden. Der Trägerverein der Selbsthilfekontaktstelle „BIS e.V.“ erweist sich als sehr stabil und konstruktiv. Er unterstützt den mittlerweile vollzogenen Generationswechsel tatkräftig. Gemeinsam werden Vorstand und MitarbeiterInnen, allen voran die neue Fachkraft Ralf Kurzweg, dafür Sorge tragen, dass die bewährte Arbeit der Selbsthilfeunterstützung im Kreis Viersen auch in Zukunft fortgeführt und weiterentwickelt wird.

Dank und alle guten Wünsche gelten an dieser Stelle dem ausgeschiedenen Kollegen, der mit seinem langjährigen Einsatz und seiner Expertise die Selbsthilfe im Kreis Viersen sehr geprägt hat. Gleichzeitig heißt es nun, die Selbsthilfearbeit gemeinsam mit neuen Impulsen und Blickwinkeln in die Zukunft zu führen. Das besondere Engagement und die Weitsicht der neuen und erfahrenen Fachkraft weist definitiv in die richtige Richtung und schafft großes Vertrauen in die gelingende Kontinuität der Unterstützung der Selbsthilfe im Kreis Viersen. Die Selbsthilfe in enger Verbindung mit der „BIS“ ist ein unverzichtbarer Baustein für ein starkes soziales Miteinander in unserer Gesellschaft und im Kreis Viersen.

Die BIS hat sich zu einem wertvollen Bindeglied zwischen Selbsthilfeinitiativen und Unterstützungssuchenden im Kreis Viersen entwickelt.

Die Selbsthilfekontaktstelle BIS passt daher ihre Ziele stets der aktuellen Situation an, um eine umfassendere Unterstützung zu bieten:

1. **Entwicklung und Anpassung des Beratungsangebots:** Die Selbsthilfekontaktstelle BIS strebt an, ihr Beratungsangebot zu erweitern und den aktuellen Gegebenheiten der Betroffenen mit deren individuellen Bedarfe anzupassen, um eine breitere Palette von Themen abzudecken, die von den Selbsthilfegruppen und Unterstützungssuchenden im Kreis Viersen benötigt werden. Dazu gehören unter anderem psychische Gesundheit, Suchtproblematik, chronische Krankheiten, und weitere relevante Bereiche.
2. **Förderung von Vernetzung und Austausch:** Die BIS setzt sich dafür ein, die Vernetzung zwischen den Selbsthilfegruppen im Kreis Viersen zu stärken und den Austausch von Erfahrungen, Ressourcen und bewährten Praktiken zu fördern. Dies ermöglicht es den Gruppen, voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu unterstützen.
3. **Öffentlichkeitsarbeit und Sensibilisierung:** Die Selbsthilfekontaktstelle BIS plant, ihre Öffentlichkeitsarbeit zu intensivieren, um das Bewusstsein für die Bedeutung von Selbsthilfe in der Gesellschaft und im Kreis Viersen zu erhöhen. Dies umfasst die Organisation von Informationsveranstaltungen, Kampagnen und die Zusammenarbeit mit lokalen Medien.
4. **Stärkung der Teilhabe:** Die BIS strebt danach, die Teilhabe von Menschen an Selbsthilfeaktivitäten im Kreis Viersen zu stärken, indem sie Barrieren abbaut und

den Zugang zu Unterstützungsdiensten erleichtert. Dies beinhaltet die Unterstützung bei der Bereitstellung von barrierefreien Räumlichkeiten, die Förderung von niedrigschwelligen Selbsthilfe-Angeboten und die Unterstützung von Gruppen für spezifische Zielgruppen.

5. **Qualitätsentwicklung und -sicherung:** Die Selbsthilfekontaktstelle BIS legt großen Wert auf die kontinuierliche Weiterentwicklung und Sicherung der Qualität ihrer Dienstleistungen. Dies umfasst die regelmäßige Evaluation der Angebote, Schulungen für Mitarbeiter und freiwillige Helfer sowie die Einhaltung von Qualitätsstandards in der Selbsthilfeunterstützung.

Die fachliche Kompetenz der neuen Fachkraft und die hohe Motivation des gesamten Teams zeigen deutlich, dass die BIS auf dem richtigen Weg ist, um die Selbsthilfe im Kreis Viersen erfolgreich zu unterstützen und zu stärken. Die enge Verbindung zwischen Selbsthilfe und BIS bleibt ein unverzichtbarer Baustein für ein starkes soziales Miteinander in der Gesellschaft und im Kreis Viersen.

Anhang I:

Übersicht der Selbsthilfegruppen im Kreis Viersen 2023

Gruppen chronische Erkrankungen/Behinderungen

Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus

Angehörige von Menschen mit erworbenen Hirnstörungen

Bechterew Selbsthilfe Straelen e.V.

Beratungsangebot für Organtransplantierte/Organspende BDO - Bundesverband der Organtransplantierten e.V.

Beratungsangebot von Betroffenen für Betroffene von Nahrungsunverträglichkeiten wie Milchzucker- und oder Fructoseunverträglichkeit sowie Zöliakie und Sprue

Blinden- und Sehbehindertenverein Mönchengladbach-Viersen e.V.

Blindenhörzeitung ATZ e.V.

Bundesverband für Diabetesbewegungstherapie und -therapeuten e.V.

Bundesverband Skoliose-Selbsthilfe e.V. IG für Wirbelsäulengeschädigte Selbsthilfegruppe Niederrhein

COPD Selbsthilfe Viersen Mitglied der COPD Selbsthilfe - Gemeinschaft

Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. Arbeitsgemeinschaft Kempen

Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. Arbeitsgemeinschaft Viersen im Haus des Caritas-Verbandes

Diabetiker Selbsthilfegruppe Kempen

DMSG Kontaktkreis Kempen Multiple Sklerose Beratung

DMSG Kontaktkreis Nettetal Neu-Betroffenen-Beratung

Dt. Ilco e.V. Ileostomie - Colostomie - Urostomie Vereinigung Rhein - Maas

Dt. Parkinson Vereinigung Regionalgruppe Kempen - Geldern

EEH Epilepsie Eltern Hilfe

Frauenselbsthilfe nach Krebs Landesverband NRW e.V. Gruppe Viersen

Freundeskreis für Rollstuhlfahrer Viersen 1974 e.V.

Gemeinnützige Elterninitiative Kindertraum e.V. Integration behinderter und nicht behinderter Kinder

Gesprächskreis Schilddrüse

Herzrhythmusstörungen

Herzsportgruppe Schwarz Weiß 1926 Elmpt e.V.

Herzsportgruppe SG Dülken 1860/95 e.V.

Interessengemeinschaft "Künstliche Niere und Transplantierte" NRW e.V.

Kempener Selbsthilfegruppe für Fibromyalgie-Betroffene

Koronarsport OSC Waldniel

Koronarsportgruppe bei den TSF Bracht

Krebsnachsorge Gesprächskreis DRK Kreisverband Viersen e.V.

Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung im Kreis Viersen e.V. Hauptgeschäftsstelle

Lebertransplantierte Deutschland e.V. Bereich Mönchengladbach / Viersen

Morbus-Osler-Selbsthilfe e.V. bundesweit

MS - Multiple Sklerose SHG Willich

Multiple Sklerose Kontaktkreis Viersen II

Nierensport Nettetal gemeinnütziger e.V. Städt. Krankenhaus Nettetal

Osteoporose SHG Kempen Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.

Osteoporose SHG Krefeld e.V.

Osteoporose SHG Schwalmtal

Prostata Selbsthilfegruppe Viersen

Prostata-Selbsthilfe-Gruppe Wachtendonk-Wankum e.V.

Selbsthilfe Schlafapnoe/Atemstillstand Mönchengladbach und Viersen

Selbsthilfegruppe Asperger Syndrom Autistische Beeinträchtigung

Selbsthilfegruppe Blasenerkrankungen

Parkinsoninitiative

Selbsthilfegruppe für Tinnitus-, Morbus Menière- und Hörgeschädigte

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Aphasie/ Sprachstörungen und deren Angehörige

Selbsthilfegruppe Leben mit Krebs

Selbsthilfegruppe Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa Niederrhein

Selbsthilfegruppe Polio Regionalgruppe Düsseldorf-Region Niederrhein

Sport in der Krebsnachsorge Sportverein Schwarz-Weiß Elmpt

Starke Frauen- Leben mit dem Lipödem

Stoma Selbsthilfegruppe Viersen

Gruppen psychosozialer Bereich

Adipositas Selbsthilfegruppe

Alzheimer Angehörigen Gruppe Kempen

Demenz-Info Viersen, Beratungsangebot von Betroffenen für Betroffene

Demenzcafé "Sorgenfrei"

Frauen nach Schwangerschaftsabbruch Beratungsangebot von Betroffenen für Betroffene über Donum vitae Kreis Viersen e.V.

Gesprächskreis Pflegende Angehörige Nettetal

Gesprächskreis für Pflegeeltern

Gesprächskreis Vergiß-dich-nicht DRK-Kreisverband Viersen e.V. -Tagespflegehaus-

Hospizinitiative Kreis Viersen e.V. Ambulanter Hospiz- und Palliativ- Beratungenst

Mobbing - Beratungsangebot von Betroffenen für Betroffene

Pflegeelterngruppe Stadt Willich

PLOP (Pfunde lassen ohne Panik)

Senioren-Initiative Altenhilfe Kempen e.V.

Singleshilfe (Singles helfen Singles)

Trauercafé - Begegnungscfé - Ökumenisches -

Trauercafé Viersen (im Haus der Caritas)

Trauergruppe - Ökumenische - im Malteserhaus

Gruppen Eltern Kind Familie

"Das hyperaktive Kind" Regionalgruppe Kempen-Viersen

"Kunterbunte Leben" SHG für aufmerksamkeitsgestörte Kinder
Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Jugendlicher im Kreis Viersen e.V.
Gemeinnützige Elterninitiative Kindertraum e.V. Integration behinderter und nicht behinderter Kinder
Gesprächskreis Pflegende Angehörige Schwalmatal
Gesprächskreis für Pflegeeltern
Gesprächskreis Pflegende Angehörige Willich
Hilfe für das autistische Kind Regionalverband linker Niederrhein e.V.
Loewenkinder-Verein zur Unterstützung krebskranker Kinder Viersen e.V.
Lymphangiom bei Säuglingen und Kleinkindern Beratungsangebot für Betroffene
Malteser Hospizgruppe "Klaus Hemmerle"
Maxi Q, Willich Elterninitiative zur Unterstützung hochbegabter Kinder
Pflegeelterngruppe Stadt Willich
Selbsthilfegruppe Asperger Syndrom Autistische Beeinträchtigung
Sorgentelefon für Eltern von KiSS-Kindern
Trauercafé der BIS Brüggen
Trauercafé - Begegnungscfé - Ökumenisches -
Trauergruppe - Ökumenische - im Malteserhaus

Gruppen Psychische Erkrankungen

Angehörige von psychisch Kranken
Angst/Panik/Depressionen Gruppe Viersen II
Angst/Panik/Depressionen - Gruppe Brüggen
Gruppe Hope
Meditationsgruppe
Seelenröster Nettetal
Selbsthilfegruppe Angst-Panik-Depression Brüggen II
Selbsthilfegruppe „Solidarität“
Selbsthilfegruppe für Borderliner in Viersen
-recovery
Selbsthilfegruppe Zuversicht
SHG Angst - Panik - Depressionen Willich II
SHG Depression Kempen
SHG Depression-Angst-Panik Kolping-Süchteln
Nachsorgegruppe Klinik Angst Panik Depressionen
Phönix

Gruppen Suchterkrankungen

"der erste Schritt" - Anlaufstelle bei Alkoholproblemen/Medikamentenmissbrauch Ess-u.
Spielsucht/ legalen u. illegalen Drogen
Abstinenz e.V. SHG für Suchtkranke und Angehörige

Anonyme Alkoholiker AA Viersen/Süchteln
Anonyme Alkoholiker AA Willich
Anonyme Alkoholiker AA Nettetal
Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Jugendlicher im Kreis Viersen e.V.
Kreuzbund e.V. für Suchtkranke und deren Angehörige Gruppe Niederkrüchten
Gruppe EXIT
Kreuzbund e.V. für Suchtkranke und deren Angehörige Gruppe Willich
SHG der Suchtkrankenhilfsgemeinschaft für den Kreis Viersen e.V. Gruppe Nettetal

SHG der Suchtkrankenhilfsgemeinschaft für den Kreis Viersen e.V. Gruppe Viersen
Suchtselbsthilfe „Freiheit“ -der Weg
Zwanglos

Anhang II:

Themenliste 2023– Übersicht der 2023 begleiteten Themen der Selbsthilfe

| | | |
|------------------------|--------------------------|------------------------------|
| ADHS (Hyperaktivität) | Essstörungen | Pflege |
| Alkoholabhängigkeit | Fibromyalgie | PNH |
| Alleinerziehende | Gehörlos | Polio |
| Alzheimer - Angehörige | Geistige Behinderung | Prostataerkrankungen |
| Angst | Herzerkrankung | psychische Erkrankungen |
| Anorexie | Hirnschädigungen | Rheuma |
| Aplastische Anämie | Hochbegabte | Schlafapnoe |
| Asperger Syndrom | Hochsensible | Schlaganfall / Sprachverlust |
| Antikoagulantien | Hospiz | Schmerz |
| Augenerkrankungen | Integration | Schwerhörigkeit |
| Autismus | Krebs | Singles |
| Bechterew Morbus | Künstlicher Darmausgang | Sucht |
| Blasenerkrankung | Lipödem | Tinnitus / Ohrgeräusche |
| Blind/Sehbehindert | Lungenemphysem | Trauer |
| Bulimie | Lymphangiom | Übergewicht |
| Colitis ulcerosa | Medikamentenabhängigkeit | Zöliakie |
| Corona/Long-Covid | Meditation | Zwänge |
| Crohn Morbus | Mobbing | |
| Demenz | Multiple Sklerose | |
| Depression | Nahrungsmittelallergie | |
| Diabetes | Osler Morbus | |
| Drogenabhängigkeit | Osteoporose | |
| (Eltern -)Pflegeeltern | Panikattacken | |
| Epilepsie | Parkinson | |

Presseartikel:

Infoabend zur Multiplen Chemikaliensensitivität

Viersen. Die Selbsthilfekontaktstelle BIS für den Kreis Viersen lädt zu einem Informationsabend zum Thema „Schad-, Duftstoff und Chemikaliensensibilität“ (auch MCS „Multiple-Chemikalien-Sensitivität“) ein. Diese Umwelterkrankung lässt die Betroffenen sehr empfindlich auf Lacke, Lösungen, Abgase und weitere Chemikalien in der Umgebung reagieren. Zu den Anzeichen, von denen oft mehrere gleichzeitig auftreten, zählen unter anderem grippe-ähnliche Symptome, Schwellungen/Reizungen von Augen und Haut, Geruchsempfindlichkeit, Schmerzen und Schwindel. Auch Erschöpfungszustände, Depressionen und Persönlichkeitsverände-

rungen spielen eine Rolle. Die Betroffenen sind im Alltag sehr eingeschränkt und fühlen sich oft missverstanden.

Medizinisch gesehen wird die Multi-Systemerkrankung nicht selten als psychosomatisch fehldiagnostiziert oder mit Allergien verwechselt.

Der Infoabend am Montag, 8. Mai, findet um 18 Uhr in der Begegnungsstätte des Freundeskreises der Rollstuhlfahrer e.V., Gladbacher Straße 60, in Viersen statt. Er wird begleitet von einer Vertreterin der MCS - Initiative NRW e. V. und einer Betroffenen aus Viersen. Bei Interesse besteht zudem das Angebot der Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe zum Thema. Anmeldungen unter 02163/ 5622.

EXTRA TIPP 30.04.2023

Neue Selbsthilfegruppe

Kreis Viersen. Die Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit einer schweren Erkrankung sucht Teilnehmer*innen. Wenn eine nahestehende Person längerfristig schwer erkrankt, sind immer auch die Angehörigen betroffen. Dann gilt es, Beistand zu leisten, Hilfen und Behandlungen zu organisieren und vielen Ängsten und Unsicherheiten ausgesetzt zu sein. Viele geraten da schnell an ihre Grenzen. Gefühle von Überforderung und Hilflosigkeit sind dann oft sehr belastend.

Eine Betroffene aus Viersen wünscht sich als Gründerin

nun den Austausch und die gegenseitige Unterstützung in einer Selbsthilfegruppe. Die Gruppe richtet sich an Menschen, die mit einer schweren Erkrankung eines ihnen nahestehenden Menschen konfrontiert sind und durch die Begegnung mit anderen Betroffenen Kraft schöpfen möchten.

Als Treffpunkt ist die Begegnungsstätte der AWO an der Peterstraße 40 in Viersen vorgesehen. Voraussichtlich werden die Treffen in den frühen Abendstunden wochentags stattfinden. Interessierte melden sich bitte bei der BIS unter 02163/ 5622.

EXTRA TIPP 07.05.2023

***Agus-Gruppe in Brüggen* Rat und Hilfe, wenn sich ein geliebter Mensch das Leben nimmt**

Brüggen · Ein Angehöriger scheidet freiwillig aus dem Leben – eine schreckliche Erfahrung, über die zu sprechen den Hinterbliebenen schwer fällt. Aber Gespräche darüber helfen, dieses Erlebnis zu bewältigen, sagen die Mitglieder einer Brüggener Selbsthilfegruppe.

RP 11.12.2023 , 16:46 Uhr

•

Ursula und Peter Wollborn (links) und Katharina Sickert möchten schmerzliche Erfahrungen gemeinsam mit anderen Betroffenen aufarbeiten.

Foto: Agus
Von Birgit Sroka

Es sei rund zwölf Jahre her, berichtet Katharina Sickert, dass sie ihren damaligen Partner durch Suizid verloren hat. Ursula und Peter Wollborns Tochter starb, wie das Paar berichtet, vor etwas mehr als sechs Jahren ebenfalls durch Suizid. Aufgrund dieser schmerzlichen Erfahrungen und durch den intensiven Austausch mit anderen betroffenen Angehörigen, wissen sie, was ein solcher Verlust eines geliebten Menschen bedeutet. Sie meinen: Es sei wichtig, offen über psychische Krankheiten, Suizidalität, Suizid und die Trauer der Angehörigen zu sprechen, um dem Thema Stigmatisierung und Tabuisierung so gut wie möglich auch öffentlich entgegenzuwirken. Das tun sie in einer Agus-Selbsthilfegruppe, die sich an Betroffene nicht nur in [Brüggen](#), sondern auch in der weiteren Region wendet.

Agus steht für Angehörige um Suizid und nach eigenen Angaben eine 1989 gegründete und inzwischen bundesweit arbeitende Selbsthilfeorganisation für Trauernde, die einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren haben. Die Brüggener Gruppe kam erstmals 2020 zusammen, inzwischen trifft sie sich zweimal im Monat. Es geht um Austausch untereinander, aber Sickert und die Wolborns haben auch darüber hinaus schon versucht, auf andere Weise mit Suiziden konfrontierte Menschen für das Thema zu sensibilisieren. Das haben sie beispielsweise mit einer Wanderausstellung der Agus-Initiative zum Thema Suizid und Trauer getan, die das Bistum [Aachen](#) anlässlich des Tags der Notfallseelsorge für eine Veranstaltung in Mönchengladbach gebucht hatte. Die Ausstellung richtete sich an Notfallseelsorger, Rettungsdienst-Mitarbeiter sowie Polizisten.

Info So bekommt man Kontakt zur Gruppe

Internet und Telefon zur Brüggener Agus-Gruppe ist über <https://brueggen.agus-selbsthilfe.de> oder telefonisch unter der Nummer 02163 5792919 möglich.

Treffen Die nächsten Treffen an der Klosterstraße 5 in Brüggen findet am 16. Dezember und am 20. Januar statt. Eine vorherige Anmeldung ist unbedingt notwendig.



RP 11.12.2023



Tag des Paritätischen und Selbsthilfetag

Hier
Sparkassenvorplatz
an der Hauptstraße in Viersen

Samstag
26. August 2023
11.00 – 14.00 Uhr

Programm

Infostände | Talkrunden

über die Tätigkeitsgebiete in der sozialen Arbeit
und über die Selbsthilfe in Stadt und Kreis Viersen

Imbiss

für das leibliche Wohl

Live Musik

Band „Just4Fun“

Spiele

für Groß und Klein

Wir freuen uns auf Sie!

Grußworte

Sabine Anemüller, Bürgermeisterin der Stadt Viersen

Ertunç Deniz, Beigeordneter Geschäftsbereich III, Stadt Viersen

Jens Ernesti, Dezernent für Soziales, Arbeit und Gesundheit im Kreis Viersen

Veranstalter
Der Paritätische NRW | Kreisgruppe Viersen
Am Klosterweiher 50 | 41747 Viersen
Telefon: 02162 1 50 43



In Kooperation mit



Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfe im Kreis Viersen

Gefördert durch:



www.viersen.paritaet-nrw.org