

JAHRESBERICHT 2021

Selbsthilfe-Kontaktstelle

Bielefeld

Inhalt

Einleitung
Rahmenbedingungen
Finanzierung
Personelle Situation
Zahlen und Statistik
Projekte
Kooperationen und Gremien
Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit
Ausblick 2022





Einleitung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld ist die zentrale Informations- und Beratungsstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe. Das [Kontaktbüro Pflege-selbsthilfe Bielefeld \(KoPS\)](#) ist seit 2017 ein zusätzliches Angebot für pflegende Angehörige.

Rahmenbedingungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld wurde 1985 in Trägerschaft des Vereins BIKIS e.V. gegründet und ist seit 1996 in Trägerschaft des Paritätischen NRW e.V. Zwei barrierefreie Gruppenräume sowie eine Teeküche stehen Selbsthilfegruppen kostenlos zur Verfügung. 2021 wurden die Räume für 34 Gruppen reserviert. Einige Gruppen nutzten für ihre Treffen den Garten des Paritätischen Bielefeld. Der Selbsthilfe-Kontaktstelle stehen drei Büroräume zur Verfügung. Ein weiterer Raum im Haus kann für Beratungsgespräche unter Einhaltung der Hygienevorschriften genutzt werden.

Mit dem vom BKK Dachverband geförderten Projekt „Selbsthilfe und Digitalisierung OWL“ des AdP – Arbeitskreis der Pankreatektomierten e.V./PariSozial Bielefeld gGmbH, konnten digitale Formate erprobt werden. Am 13. November fand erstmalig ein Online-Selbsthilfetag aller Selbsthilfeunterstützungsstellen in Ostwestfalen und Lippe statt.

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bielefeld (KoPS) wird seit Juni 2020 bis Mai 2023 weiter gefördert. Aktuell sind weitere Gruppengründungen vorgesehen, u.a. die Gruppe Pflege auf Distanz und eine Gruppe mit kultursensibler Ausrichtung.

Finanzierung

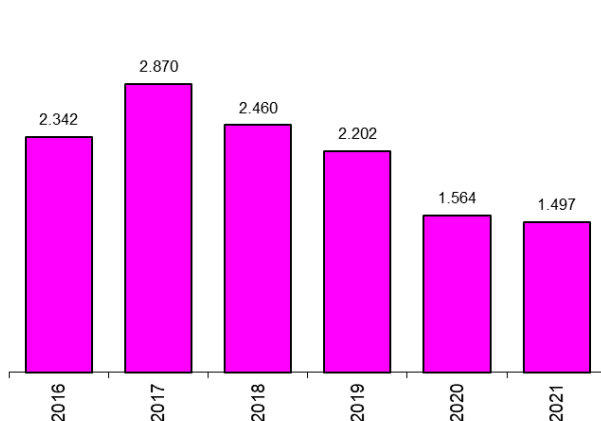
Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wird i.W. durch die Stadt Bielefeld sowie die Gesetzlichen Krankenkassen / -verbände NRW (Selbsthilfeförderung gem. § 20h SGB V) finanziert. Weitere Zuwendungen erhält die Selbsthilfe-Kontaktstelle vom Land NRW und dem Paritätischen NRW e.V. als Träger. Die Finanzierung des Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bielefeld (KoPS), wird durch das Land NRW und die Landesverbände der Pflegekassen sichergestellt.

Personelle Besetzung

Matthias Rotter (Geschäftsführung), Christa Steinhoff-Kemper (Fachkraft), Uwe Ohlrich (Fachkraft), Angelika Ammann (Fachkraft) und Ina-Ricarda Sahrhage (Sachbearbeitung) sind jeweils in Teilzeit für die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld bzw. das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe tätig.

Zahlen und Statistik

– Anfragen und Anliegen



2021 verzeichnete die Selbsthilfe-Kontaktstelle insgesamt 1.497 Anfragen. Kontakte im Rahmen von (Online-) Veranstaltungen wurden nicht erfasst.

Rund 53 % der Anfragen Betroffener und selbsthilfeinteressierter Profis bezogen sich auf die Suche nach einer Selbsthilfegruppe, nach einem professionellen Hilfeangebot oder auf die Gründung einer Selbsthilfegruppe.

Von ca. 140 angefragten Themen wurde „Depression“ am häufigsten nachgefragt, gefolgt von „Sucht Alkohol“, „Angst/Panik/Phobie“, „Trennung/Scheidung“, „Seltene Erkrankungen“, „Elektrosensibilität“, „Psychische Erkrankungen“, „Suizid“, „Migration“, „Einsamkeit/Freizeit“, „Gewalt/Missbrauch – Opfer“, „Sucht Essstörungen“, „Hörbehinderungen“, „Behinderung, allgemein“, „Sexuelle Orientierung/ -Identität“, „Zwangserkrankungen“, „Schlaganfall/Apoplexie“, „Trauer/Tod“, „Rheumatische Erkrankungen“, „Herzkrankungen“, „Krebs Prostata“, „Krebs Verdauungsorgane“.



Die häufigsten Anliegen der Selbsthilfegruppen bezogen sich auf die Themenfelder „Informationsaustausch“, „Finanzen / Krankenkassenförderung“, „Öffentlichkeitsarbeit“ und „organisatorische Unterstützung“.

www.selbsthilfe-bielefeld.de, die Homepage der Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld, verzeichnete 2021 ca. 223.275 Aufrufe von 16.527 unterschiedlichen Besuchern. Zugriffszahlen auf die Daten der Bielefelder Selbsthilfegruppen im landesweiten Portal www.selbsthilfenetz.de, liegen aufgrund technischer Änderungen nicht vor.

Gruppengründungen und -auflösungen

2021 wurden folgende neue Selbsthilfegruppen gegründet:

- Adipositas im Bielefelder Süden
- Autileisure OWL für Menschen aus dem Autismus-Spektrum
- Frauen mit psychischen Belastungen Gruppe 1
- Psychische Belastungen
- Hoffnungseltern
- Eltern drogenabhängige Kinder
- Feine Antennen
- Hochsensibilität 50+
- NA-Narcotics Anonymous
- Frauen mit psychischen Belastungen Gruppe 2

Folgende Gruppen haben ihre Treffen eingestellt:

- Ehemalige Patient*innen der Heiligenfeld Kliniken
- BlackDogsOWL Selbsthilfegruppe für Depression
- Elternselbsthilfe-Initiative Wohnformen für Menschen mit Behinderungen
- Selbsthilfegruppe Angst und Panik
- Kreuzbund Frauengesprächskreis Klinikum Bielefeld
- Kreuzbund e.V. - Gruppe 3 (Bielefeld-Ost)
- Viktoria e.V. Treffpunkte für Frauen nach Krebs
- Philosophischer Gesprächskreis "Aktiv im Alter"
- Flow - die Sprechgruppe für junge Stotternde
- Kraftquelle - Selbsthilfegruppe für Angehörige von suchtkranken Menschen
- Abstinenter Freundeskreis im Caritasverband Bielefeld e.V. – zwei Gruppen
- Freundeskreis Kreuzstraße - Frauengruppe
- Selbsthilfegruppe „Mobbing“
- Trittfest e.V.

Kooperationen und Gremienarbeit

- Mit dem [Klinikum Bielefeld](#) und dem [Evangelischen Klinikum Bethel](#) (EvKB) ist seit 2008 bzw. 2018 eine vertragliche Kooperation vereinbart. Gemeinsam mit Selbsthilfegruppen, 16 im [Klinikum Bielefeld](#) und 13 Selbsthilfegruppen sowie 30 Suchtselbsthilfegruppen im EvKB, wird das Konzept „[Selbsthilfefreundlichkeit](#)“ umgesetzt. Eine Kooperationsvereinbarung mit dem [Psychologischen Beratungsdienst der Gesellschaft für Sozialarbeit e.V.](#) besteht.

Anlassbezogen ergibt sich darüber hinaus eine punktuelle Zusammenarbeit mit verschiedenen Akteuren der psychosozialen und gesundheitlichen Versorgung.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist in folgenden Gremien aktiv:

- Kommunale Gesundheitskonferenz der Stadt Bielefeld
- PSAG-Arbeitskreise: „Fachgruppe Beratung und Therapie“, „Netzwerk Migration und psychosoziale Versorgung“



- Arbeitskreis „Beratung und Selbsthilfe für behinderte Menschen“
- Arbeitskreis LSBTIQ* und Behinderung der Stadt Bielefeld
- Migrationskonferenz der Stadt Bielefeld
- Arbeitsgemeinschaft Suchthilfe Bielefeld
- Arbeitskreis Sucht und Migration
- Trauernetzwerk Bielefeld
- Stadtteilkonferenz West – Arbeitskreis Demenz
- Konferenz der Mitgliedsorganisationen im Paritätischen Bielefeld
- Facharbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen im Paritätischen NRW
- Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW.
- Arbeitskreis Interkulturelle Öffnung der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW
- Arbeitsgruppe im Projekt BeWEGt - Wegbegleitende Beratung von Familien mit Kindern mit Beeinträchtigungen

Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit



- Regelmäßige Öffentlichkeitsarbeit: Newsletter „Selbsthilfe-News“, eigene Homepage www.selbsthilfe-bielefeld.de, [Facebook](#)-Seite, gemeinsam mit der Kreisgruppe Bielefeld im Paritätischen NRW.
- Radio Bielefeld-Sondersendungen: Gemeinsam mit den Selbsthilfegruppen wurden 4 Radiobeiträge erstellt.
- Im April fand online ein Gesamttreffen Bielefelder Selbsthilfegruppen statt. Thema: Nutzung moderner Kommunikationsmittel. Zu Gast: Marlene Flöttmann Klinikum Bielefeld-Mitte
- Online-Selbsthilfetag-Ostwestfalen-Lippe mit 15 Einzelveranstaltungen der sieben Selbsthilfe-Kontaktstellen und /-Büros in der Region
- Aktionswoche „Sucht hat immer eine Geschichte“: Veranstaltung „Vorglühen, Kiffen oder bunte Pillen – alles easy oder brandgefährlich?“; Beteiligung mit Infostand bei der Lesung „Einmal Hölle und zurück! Mein brutaler Abstieg in die Spielsucht“; Beteiligung an der Veranstaltung „Die freiwillige Suchtselbsthilfe stellt sich vor“.
- Kampagne „fragEltern! Mein Kind nimmt Drogen: Unterstützung statt Stigma“ mit Infostand Arwed e.V. an der Altstädter Nicolaikirche
- Vortragsveranstaltungen/Fortbildungen (Digital und in Präsenz):
 - Fachhochschule Bielefeld, Fachbereich Sozialwesen
 - Freiwilligendienst Bethel
 - Fortbildung Bethel Ehrenamtliche
 - FsJ (Freiwillige im sozialen Jahr) Bethel
 - Rubicon e.V. – Netzwerk für ältere Lesben und Schwulen NRW

Ausblick 2022

- Zwei Gesamttreffen der Bielefelder Selbsthilfegruppen.
- Beteiligung am Aktionsbündnis zum Europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung 2022.
- Beteiligung am [Projekt BEA: Beraten – Ermutigen – Assistieren](#) in Kooperation mit dem Job-Center Bielefeld
- „Selbsthilfe stärken: [Virtuelles Haus der Selbsthilfe NRW](#)“ gefördert von der [Stiftung Wohlfahrtspflege NRW](#)
- Projekt Hybrid-Piloten – Paritätischer NRW gefördert von der [Stiftung Wohlfahrtspflege NRW](#)

Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld | Stapenhorststr. 5 | 33615 Bielefeld | Telefon 0521 96 406 96
 selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org | www.selbsthilfe-bielefeld.de | **Sprechzeiten** Montag bis Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr | Dienstag 15:00 - 18:00 Uhr und nach Vereinbarung