



Kontakt- und
Informationsstelle für
Selbsthilfe im Saarland

JAHRESBERICHT 2009

Futterstr. 27
66111 Saarbrücken
Tel. 0681/960213-0
Fax 0681/960213-0
www.selbsthilfe-saar.de

Träger: Landesvereinigung SELBSTHILFE e.V.
Spitzenverband der chronisch kranken und behinderten Menschen im Saarland

Inhalt

1. Überblick
2. Information und Beratung von Selbsthilfeinteressierten
3. Unterstützung bestehender Selbsthilfegruppen und Neugründungen
4. Ausbau von Kooperation, Vernetzung und Interessensvertretung
5. Ausblick
6. Anhang
 - Nutzerstatistiken (Interessierte, Profis, Selbsthilfegruppen)
 - Gruppenbestand
 - Übersicht Gremien
7. Tätigkeitsbericht 2009/2010 Saarländisches Bündnis gegen Depression

1. Überblick

2009 lagen die Schwerpunkte der Kontaktstellenarbeit auf dem Aufbau und der Etablierung des Saarländischen Bündnisses gegen Depression, das am 13. Mai mit einer großen Auftaktveranstaltung aus der Taufe gehoben wurde, und im ersten Halbjahr auf der Mitorganisation und Durchführung der Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen, dem Fachverband für Selbsthilfeunterstützung. Vom 3. – 5. Juni diskutierten 140 Fachleute aus der gesamten Bundesrepublik unter dem Titel „Alles bleibt anders“ neue Formen in der Selbsthilfe und der Selbsthilfeunterstützung. Das erste Mal seit 20 Jahren waren damit VertreterInnen anderer Kontaktstellen und Selbsthilfeverbände zu einem fachlichen Austausch zu Gast im Saarland und konnten sich vor Ort ein Bild machen von der Arbeit der KISS und den Vorzügen des Saarlandes. Die Schirmherrschaft über diese Fachtagung mit hochkarätigen ReferentInnen hatte der damalige Gesundheitsminister Vigener übernommen, gefördert wurde sie vom Bundes- und vom saarländischen Gesundheitsministerium sowie der IKK Südwest.



Gesprächsrunde bei der Auftaktveranstaltung 13. Mai

DAG/SHG-Tagung

Gallery-Walking



Die TeilnehmerInnen vorm Saarbrücker Rathaus



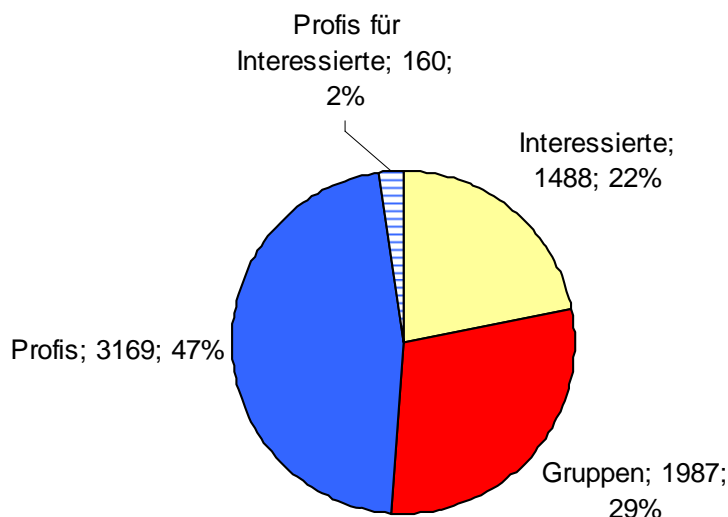
Neben diesen Schwerpunkten standen folgende Aktivitäten im Mittelpunkt:

- Teilnahme an bzw. Organisation von 11 öffentlichen Informationsveranstaltungen in den einzelnen Landkreisen, zwei Vortragsreihen und der Messe „Welt der Familie“ (s. Übersicht)
- Unterstützung bei 20 Gruppengründungen
- Organisation von 4 ganztägigen Fortbildungen für SelbsthilfegruppenvertreterInnen
- Redaktion und Herausgabe von 5 Ausgaben des Newsletters „Selbsthilfe aktuell“
- zahlreiche Vorträge zu Selbsthilfe im Rahmen der Zusammenarbeit mit Kliniken, Ausbildungsinstituten und Pflegekursen

- Beteiligung in bundes- und saarlandweiten, regionalen und themenspezifischen Gremien und Arbeitskreisen sowie deren Unterarbeitsgruppen und bei besonderen Aktivitäten.

Die Inanspruchnahme der Kontaktstelle hat sich in den letzten Jahren auf einem Niveau von fast 7.000 Einzelkontakten eingependelt. Saarlandweit werden die Angebote aus den Bereichen Information und Vermittlung, Beratung und Unterstützung, Kooperation und Vernetzung von Interessierten, Selbsthilfegruppen/-organisationen und Einrichtungen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich nachgefragt.

Gesamtkontakte (6.804) nach NutzerInnengruppen



Das Aufgreifen des Themas „Depression“ in Form des Bündnisses als Projekt der Landesvereinigung SELBSTHILFE/KISS, seine vielen öffentlichkeitswirksamen Aktionen (s. Tätigkeitsbericht Bündnis) und die intensive Berichterstattung in den Medien führten dazu, dass verstärkt der Blick auch auf die anderen Angebote im Bereich der Selbsthilfe und die Unterstützungsleistungen der Kontaktstelle gelenkt wurde. Neben der gestiegenen Nachfrage nach Selbsthilfegruppen zum Thema „Depression“ und den 3 neuen Gruppen dazu machte sich dies konkret bemerkbar im Anstieg der Bestellungen für die allgemeinen KISS-Informationen und der hohen Zahl an Besuchen auf unserer Homepage: Im Oktober 2009 lag die Spitze der Zugriffe bei 70.000 und ca. 3.200 Rechnern. Auch auf diesem Hintergrund sind die detaillierten Aussagen zu den einzelnen Arbeitsfeldern einzuordnen.

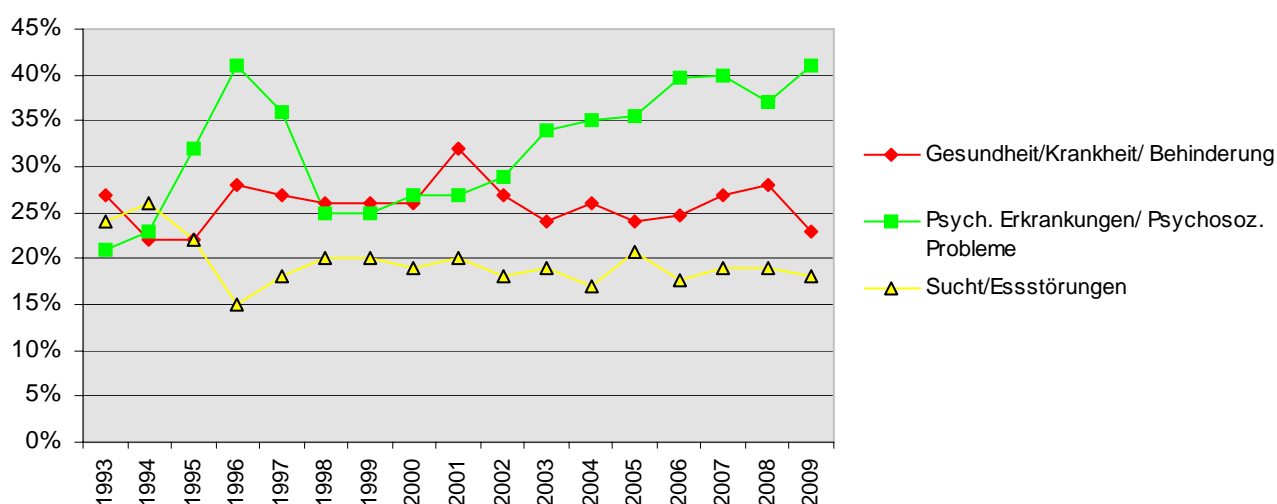
2. Information und Beratung von Selbsthilfeinteressierten

Ca. 1500 interessierte Einzelpersonen, überwiegend Frauen (69%) setzten sich 2009 mit der KISS in Verbindung; sie fragten gezielt nach Selbsthilfegruppen, wollten Informationen über professionelle Angebote, suchten Klärungshilfe in einer schwierigen Lebenssituation oder wünschten konkrete Unterstützung bei einer Gruppengründung. Der Anteil der **Beratungsgespräche über 15 Minuten liegt bei fast 29 %**. Bei vielen der Ratsuchenden standen dabei mehrere Themen im Vordergrund z.B. chronische Erkrankung und Depression oder mehrere körperliche Einschränkungen. Damit spiegelt sich auch in der Selbsthilfe eine Entwicklung wider wie in anderen Bereichen des Gesundheits-/Sozialsystems: Ratsuchende kommen mit immer komplexeren Problemlagen zum Gespräch.

41% der Interessiertenanfragen bezogen sich auf Themenfelder aus dem **Bereich psychische Erkrankungen/psychosoziale Probleme**, eine nochmalige Steigerung zum Vorjahr. An vorderster Stelle steht das Thema **Depressionen** (ca. 14% aller Anfragen).

23% der Interessiertenanfragen fielen auf den Bereich der somatischen Erkrankungen oder Behinderungen, hauptsächlich zu **Krebserkrankungen, Demenz, Parkinson**; 18% auf den Bereich der Suchterkrankungen, ca. ein Drittel davon auf **Essstörungen**.

Entwicklung der Interessiertenanfragen in ausgewählten Selbsthilfebereichen



Ca. 21% aller Interessierten fanden den Weg zur Kontaktstelle bzw. zu den Angeboten der Selbsthilfe über das Internet, 14% über Flyer oder Medienberichte. An dritter Stelle der Zugangswege stehen die Informationen von Personen, die bereits in der Selbsthilfe engagiert sind und ihre positiven Erfahrungen an Interessierte weitergeben. Erste Kontakte werden häufig auch auf Veranstaltungen geknüpft z.B. zu gesundheitlichen oder sozialen Themen, aber auch bei unspezifischen wie dem Saarländischen Familientag.

Veranstaltungsübersicht

Monat	Veranstalter/Thema	Beteiligung KISS
März	Regionalverband Saarbrücken, Männergesundheitstag	Aussteller, Infoblatt „Männergesundheit“
April	Landratsamt St. Wendel, Tag der offenen Tür	Aussteller mit Selbsthilfegruppen
Mai	LV SELBSTHILFE, MIJAGS Auftaktveranstaltung „Saarländisches Bündnis gegen Depression“	Mitorganisator/Initiativkreis/Projektleitung
	AK Gesundheit Burbach, Gesundheitstag mit Koch-Event	Aussteller, Organisation der Beteiligung von Gruppen
Juli	DRK-Landesverband, Tag des Bürgerschaftlichen Engagements	Kooperation, Organisation der beteiligten Gruppen
	Saarländischer Familientag	Aussteller mit Bündnis gegen Depression

September	Saarländischer Tumortag, Schloss Halberg	Vorbereitung/Durchführung Gesprächsrunde mit SelbsthilfevertreterInnen (Darm/Brustkrebs)
	Kliniken Weiskirchen, Jubiläumsveranstaltung mit Tag der offenen Tür	Aussteller
	Saarländisches Bündnis gegen Depression/Selbsthilfegruppen u.a., Aktionen zum Welt-Suizid-Präventionstag in allen Landkreisen	Planung der Gesamtaktivitäten, Organisation der Beteiligung der Selbsthilfegruppen
	LV SELBSTHILFE/KISS, Welt der Familie, 9-tägige Messe	Mitorganisation des Gemeinschaftstands (6 Selbsthilfeverbände und Bündnis), Aussteller
	Bündnis gegen Depression, LVAPK. Veranstaltung „So nah und doch so fern“- Depression in Familie und Partnerschaft	Mitorganisation der Veranstaltung, Moderation, Infoblatt „Seelische Gesundheit“
Gesundheitstag Fibromyalgie, Schwalbach	Aussteller	
Oktober	AK Selbsthilfe Saarlouis, Gesundheits- und Selbsthilfetag Thema „ Familie“	Aussteller mit Bündnis gegen Depression
Fortlaufende Veranstaltungen		
10 Abende ab Januar	Klinikum SB, "Gesundheit im Dialog“	Kooperationspartner, Organisation der Beteiligung von Selbsthilfegruppen
7 Abende ab März	AK Gesundheit Sulzbach, „Erfolgreich heilen mit alternativer Medizin“	Mitveranstalter, Moderation



Veranstaltung „So nah und doch so fern“ auf der Welt der Familie

„Stimmungstest“ beim Familientag in Völklingen





Aktion zum Welt-Tag der Suizidprävention am 10.9. in St. Wendel

3. Unterstützung bestehender Selbsthilfegruppen und Gruppenneugründung

Die Gruppenkontakte liegen dieses Jahr bei rund 2000, das sind ca. 30% aller Kontakte zu den NutzerInnen. Fast 34% dieser Kontakte sind längere Beratungsgespräche oder Moderationen. Ein Beratungskomplex drehte sich wie im Vorjahr auch um Finanzierungsfragen; dazu kam Unterstützung in schwierigen Gruppensituationen oder bei Vorstandsproblemen sowie bei der Organisation/Moderation von Veranstaltungen und bei Gruppen Gründungen. Etwas mehr als die Hälfte der Gruppenanfragen kamen aus dem gesundheitlichen Bereich, ca. ein Viertel aus dem Bereich psychische Erkrankungen/psychosoziale Problemstellungen.

Im Rahmen der vier **ganztägigen Fortbildungen** für Selbsthilfegruppen, die die Kompetenzen der TeilnehmerInnen stärken und die Qualität in der Gruppenarbeit fördern sollen, standen Themen wie Umgang mit schwierigen Personen, neue Mitglieder integrieren, Aufgaben und Verantwortung teilen und Gespräche führen im Mittelpunkt. Mit durchschnittlich 15 TeilnehmerInnen wurde dieses Schulungsangebot gut angenommen.

Die KISS unterstützt InitiatorInnen mit ihrem "Gründungspaket", das eine intensive Erstberatung über Zielsetzung von Selbsthilfe, Arbeitsweise von Selbsthilfegruppen, Tipps zu deren Aufbau und die Motivationsklärung der GruppengründerIn beinhaltet. Darüber hinaus werden z.B. Presseartikel, Faltblatt, Internet mit dem/der GründerIn gemeinsam gestaltet, die Materialien werden kostenlos zur Verfügung gestellt. Auch die Moderation der ersten Treffen wird auf Wunsch übernommen.

2009 wurden insgesamt **47** neue Gruppen in die Datenbank aufgenommen, 20 der aufgenommenen Gruppen wurden von der KISS unterstützt z. B. durch Räumlichkeiten, Pressearbeit, Faltblattgestaltung; die Hälfte davon nahm alle Bausteine unseres Gründungspakets in Anspruch, das bis zu sechs Moderationen enthält. Sechs Gruppeninitiativen konnten sich trotz Unterstützung der KISS nicht dauerhaft installieren, da zu wenige TeilnehmerInnen zum Treffen kamen.

Neue Gruppen 2009

- | | |
|------------------------------------|---|
| 1 Gesundheit/Krankheit/Behinderung | 23 Gruppen z.B. pflegende Angehörige von Demenzkranken (z.T. lediglich Aufnahme in Datenbank), chronische Schmerzen, Arm- und Beinamputierte, Lungenkrebs, Teilleistungsstörungen |
| 2 Eltern/Kind/Familie | 2 Gruppen z.B. ADHS-Gruppe |

3 Psychische Erkrankungen und psychosoziale Problemlagen	8 Gruppen z.B. Burn-out, Depressionen, Angehörige um Suizid
4 Sucht	4 Gruppen z.B. Spielsüchtige, Adipositas mit Magenband
5 Frauen/Männer/Beziehungen	3 Gruppen z.B. Trennung/Scheidung
6 Soziale/kulturelle Initiativen auf Gegenseitigkeit	3 Gruppen z.B. für Erwerbslose

Die drei neuen Depressionsgruppen entstanden aus den Aktivitäten des Saarländischen Bündnisses heraus nach einem Vortrag bzw. einem Presseartikel. Für 2010 sind mit 7 InitiatorInnen Gruppen Gründungen geplant.

4. Ausbau von Kooperation, Vernetzung und Interessensvertretung

Die Kontaktstelle hat auch in 2009 die Zusammenarbeit von Selbsthilfeorganisationen mit Akteuren aus dem professionellen Gesundheits- und Sozialbereich initiiert und vorangebracht. Dies geschah im Rahmen bewährter veranstaltungs- und projektbezogener Kooperationen, wie z.B. bei "Gesundheit im Dialog", bei regionalen Selbsthilfetagen oder bei Patienteninformationsveranstaltungen in den Bliestal-Kliniken. Ein Schwerpunkt in 2009 war auch, die Kooperationen mit den Anbietern von Kursen für pflegende Angehörige anzugehen, um in diesem Rahmen die Bedeutung der Selbsthilfegruppen als entlastendes und ressourcenstärkendes Angebot für Angehörige anzusprechen und gegebenenfalls Interessierte aus den Kursen für eine Selbsthilfegruppe zu gewinnen. Durch diese Aktivitäten entstanden bisher zwei neue Gruppen in Saarbrücken und Völklingen. Die zahlreichen **Profikontakte (ca. 3400)** lassen sich auch auf diese punktuellen Formen der Zusammenarbeit zurückzuführen.

25% der gezählten Einzelkontakte beziehen sich jedoch auf die kontinuierliche Arbeit in Gremien und Arbeitskreisen sowie auf die Aktivitäten des Initiativkreises „Saarländisches Bündnis gegen Depression“ (s. Anhang). Die KISS übernimmt in den meisten Arbeitskreisen/Gremien gestaltende Funktionen z.B. Vorstand oder Moderation wahr und beteiligt sich auch in den zahlreichen Unterarbeitsgruppen. So entstand z.B. aus der Mitarbeit in der AG Freizeit beim Saarbrücker Behindertenbeirat eine Checkliste für barrierefreie Veranstaltungen, die der Oberbürgermeisterin zum Anlass des 20jährigen Bestehens des Beirats überreicht wurde.



Jubiläumsfeier des Saarbrücker Behindertenbeirats im Rathaus, Dez. 2009



Aktion des Behindertenbeirats in der Bahnhofstraße zum Thema „Saarbrücken – eine Stadt für alle“

Als besonders arbeitsintensiv erwiesen sich der Aufbau und die Etablierung des Saarländischen Bündnisses gegen Depression, das vor allem in seinem ersten Jahr verstärkt Aktionen in der Öffentlichkeit durchführte wie Informationsstände, Veranstaltungen, Vorträge etc. Es galt die starke Einbindung der Selbsthilfe in den Initiativkreis und die Aktionen zu gewährleisten, eine gemeinsame Schwerpunktsetzung festzulegen und eine Finanzierung des Projektes auf den Weg zu bringen. Dazu bedurfte es zahlreicher Gespräche, vielfältiger Abstimmungen und umfangreicher Antragstellungen. Es ist sicherlich als Erfolg zu werten, dass das Bündnis durch das saarländische Gesundheitsministerium und alle gesetzlichen Krankenkassen aus Projektmitteln gefördert wird.

In der Umsetzung der Aktivitäten wurde die Projektleitung, die bei der KISS angesiedelt ist, unterstützt durch zwei Honorarkräfte, einem Experten aus der Selbsthilfe und einem Diplompsychologen.

5. Ausblick

Die bisherigen Projekte und die Kerntätigkeiten wurden im Jahr 2009 von den drei Vollzeitkräften der Kontaktstelle umgesetzt. Im Bereich der Veranstaltungen und der Arbeitskreisaktivitäten gibt es bereits Ende des Jahres terminliche und inhaltliche Festlegungen: z.B. werden die Reihen "Gesundheit im Dialog" und die Veranstaltungsreihe in Sulzbach (Thema „Stressbewältigung“) aufgelegt. Das „Saarländische Bündnis Depression“ soll weiter vorgebracht werden durch die konkrete Planung der nächsten Kampagnenschritte wie Schulung der Selbsthilfegruppen und Kontaktaufnahme zu Kooperationspartnern zum Thema „Sport und Depression“. Die entsprechenden Ressourcen zu sichern wird sicherlich Schwerpunkt der Arbeit der Projektleitung sein.

Daneben ist „Qualität in der Selbsthilfe“ auch 2010 ein weiterer Schwerpunkt: Geplant sind 4 Fortbildungsveranstaltungen, zwei mit allgemeinen Themen und zwei die in Zusammenarbeit mit dem Bündnis organisiert werden z.B. zum Thema Depression und Sucht. Das 2008 begonnene Supervisionsprojekt läuft aus. Die daraus gewonnenen Erfahrungen zu sichten, auszuwerten und gegebenenfalls in die Unterstützungsangebote einfließen zu lassen, wird auch einen Beitrag zu diesem Thema leisten.

Zusätzlich zu diesen Projekten und den Kerntätigkeiten im Bereich Information und Vermittlung, Beratung und Unterstützung, Kooperation sowie Vernetzung und Interessensvertretung wird das Jahr 2010 geprägt sein durch die Unterstützung der Selbsthilfeverbände bei der Umsetzung der UN-Konvention über die Rechte behinderter Menschen. Damit diese Konvention ihr soziales Innovationspotential voll entfalten kann, ist es unbedingt notwendig, dass die Behindertenverbände eine breite gesellschaftliche Diskussion zum Thema anschieben und auf ihr Beteiligungsrecht bei der konkreten Umsetzung von Maßnahmen pochen. Die Kontaktstelle stellt gerne ihr gesamtes Know-how und ihre Erfahrung im vernetzten Arbeiten zu Verfügung. In den Gremien und Arbeitskreisen, in denen sie involviert ist, wird sie sich mit aller Kraft für eine Beteiligung der Selbsthilfeverbände und eine zügige Umsetzung der Konvention einsetzen.

Juni 2010

Petra Otto, Leiterin der Kontaktstelle

6. Anhang

Kontakte zu Interessierten

		Anzahl	%
	Anruf	1019	68,5
	Besuch	238	16,0
	Schriftlich	231	15,5
	Summe	1488	100
	Frauen	1029	69,2
	Männer	459	30,8
	Summe	1488	100
Region	1 SB	392	26,4
	2 Stvb	308	20,7
	3 SLS	211	14,2
	4 MZG	107	7,2
	5 NK	138	9,3
	6 WND	59	4,0
	7 Saarpfalzkr.	121	8,1
	9 BRD	49	3,3
	10 Ausland	18	1,2
	11 ohne Angaben	85	5,7
		Summe	1488
angefragter Selbsthilfebereich	1 Krankh./Behinderung	345	23,2
	2 Eltern/Familie/Kind	86	5,8
	3 Psych. Erkrankungen/psychosoz. Probl.	612	41,1
	4 Sucht/Esst.	263	17,7
	5 Frau/Mann/Bez	109	7,4
	6 soziale/kulturelle Initiativen	44	3,0
	7 Sonstiges	28	1,9
	Summe	1488	100
	bis 15 Min.	896	71,3
	länger	360	28,7
	Summe	1257	100,0
häufige Themen	Essstörungen	74	28,2
	Angst und Panik	78	12,7
	Mobbing	41	6,7
	Depressionen	201	32,9
	Trennung	52	47,5
Wie kamen die Interessierten an KISS?	1 Behörden	21	1,4
	2 Kassen	28	1,9
	3 stationäre Einrichtungen	80	5,3
	4 niedergel. Ärzte/Therap.	103	6,9
	5 Beratungs-/Kontaktstellen	80	5,3
	6 AG's	6	0,4
	7 Selbsthilfegruppen	114	7,7
	8 Medien/Flyer	209	14,1
	9 Internet	307	20,7
	10 Messe	42	2,8
	11 Sonstiges	67	4,5
	12 Mehrfachkontakte	124	8,3
	13 ohne Angaben	307	20,7
	Summe	1488	100,0

Kontakte zu Profis im Gesundheitsbereich

	Anzahl	in %
Anruf	966	29,0
Besuch	291	8,8
Schriftlich	2044	61,4
Moderation	27	0,8
Summe	3329	100
SB	654	19,6
Stadtverband SB	302	9,1
SLS	100	3,0
MZG	84	2,5
NK	182	5,5
WND	127	3,8
Saarpfalzkreis	118	3,5
BRD	1038	31,2
Saar	717	21,5
Ausland	8	0,2
ohne Angabe	0	0,0
Summe	3329	100
Behörden/Politik	635	19,1
Kassen/Rentenvers.	252	7,6
station. Einr.	221	6,6
Ärzte/Ther./Apoth.	173	5,2
Beratungs-/Kontaktstellen	643	19,3
AGs/Gremien	806	24,2
Bildungsträger	134	4,0
Medien	199	6,0
Sonstige	265	8,0
Summe	3329	100
davon für Interessierte	160	4,8
1 Krankh./Behinderung	37	
2 Eltern/Familie/Kind	15	
3 Psych. Erkrankungen/ psychosoz. Probl.	74	
4 Sucht/Esst.	28	
5 Frau/Mann/Bez	8	
6 soziale/kulturelle Initiativen	4	
7 Sonstiges	0	

Kontakte zu Selbsthilfegruppen

	Anzahl	in %
Anruf	607	30,6
Besuch	256	12,9
Moderation	53	2,6
Summe	916	100,0
Schriftlich	1071	53,9
Summe	1987	100,0
1 SB	376	18,9
2 Stvb	277	13,9
3 SLS	180	9,1
4 MZG	47	2,4
5 NK	78	3,9
6 WND	178	8,9
7 Saarpfalzkr.	79	4,0
8 Saarland	690	34,7
9 BRD	73	3,7
10 Ausland	10	0,5
Summe	1987	100,0
1 Krankh./Behinderung	1009	50,8
2 Eltern/Familie/Kind	83	4,2
3 Psych. Erkrankungen/psychosoz. Probl.	481	24,2
4 Sucht/Esst.	179	9,0
5 Frau/Mann/Bez	97	4,9
6 soziale/kulturelle Initiativen	92	4,6
7 AG's SHG	46	2,3
8 Sonstige	0	0,0
Summe	1987	100,0
bis 15 Min.	606	66,2
länger incl. Moderation	310	33,8
Summe	916	100,0

Selbsthilfegruppenbestand zum 31.12.2009

Gesamtzahl: 722

