

# JAHRESBERICHT 2023

## Selbsthilfe-Büro Remscheid

### Das war 2023...

In diesem Jahresbericht soll die gemeinsame Arbeit des Selbsthilfe-Büros Remscheid, der 38 Remscheider Selbsthilfegruppen und der Kooperationspartner\*innen für das Jahr 2023 zusammengefasst werden. Besonders im Bereich der Öffentlichkeits- und Netzwerkarbeit konnten in 2023 bewährte Strukturen und Prozesse weiter ausgebaut und neue Projekte und Veranstaltungen umgesetzt werden.

#### Infoveranstaltung mit „Doc Esser“ am Sana Klinikum in Remscheid

Die AOK Rheinland/Hamburg, die Stadt Remscheid und das Sana-Klinikum Remscheid luden im Juni 2023 zu einer Patientenveranstaltung mit Podiumsdiskussion für Post- und Long-Covid-Betroffene ein. Moderiert wurde die Podiumsdiskussion von Dr. med. Esser (Oberarzt und Sektionsleiter u.a. der Pneumologie und Kardiologie am Sana Klinikum in Remscheid). Dieser ist auch als „Doc Esser“ aus TV und Radio bekannt. Hier hatten Betroffene und Angehörige die Möglichkeit mit Fachärzt\*innen sowie mit Frau Schulik von der AOK und mit Frau Kübler vom Selbsthilfe-Büro Remscheid ins Gespräch zu kommen und sich über medizinische und psycho-soziale Unterstützungsmöglichkeiten bei Post- und Long-Covid auszutauschen.

#### Fest am Neuen Lindenhof und Regioseminar

Unter dem Motto „Staying alive – Frisches für Körper und Seele“ brachten das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe und das Selbsthilfebüro Remscheid die Selbsthilfe in die Öffentlichkeit. Neben Mitmachaktionen wie einem kleinen Bühnentanz, konnten sich die Besucher\*innen des Festes über die (Pflege-) Selbsthilfe in Remscheid informieren.

Im Rahmen einer Kooperation mit der Selbsthilfeakademie NRW konnten Selbsthilfe-Aktive aus Remscheid und aus dem Kreis Mettmann im September erstmals gemeinsam an einem „Regio-Seminar“ zum Thema „Generationswechsel in der Selbsthilfe – Verabschieden und neu beginnen“ teilnehmen.

#### Austauschtreffen der Remscheider Selbsthilfe

Im Mai und Dezember 2023 kamen Vertreter\*innen der aktuellen Gruppen mit Netzwerkpartner\*innen aus dem regionalen Sozial- und Gesundheitsbereich und dem Selbsthilfe-Büro zum regelmäßigen Austausch zusammen. Zu Gast waren u.a. Stephanie Gümüş (Leiterin des Sozialdienstes der Stiftung Tannenhof), Frau Wiethoff und Frau Dr. Petra Scheida vom sozialpsychiatrischen Dienst der Stadt Remscheid.



# Jahresbericht 2023 - Selbsthilfe-Büro Remscheid

## Gruppengründungen

Erstmals gründete sich in 2023 eine neue **Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene** im Alter zwischen 16 und 38 Jahren in Remscheid. In den Räumen von Seele in Not e.V. können sich junge Menschen mit psychischen Belastungen und Erkrankungen austauschen und gegenseitig helfen und stärken. Eine psychiatrische Diagnose ist nicht zwingend erforderlich, da das Angebot auch präventiv sein soll. Mobbing, Trauer, Liebeskummer, Pubertät - alle Themen können in einem sicheren Rahmen besprochen werden.

Die Gruppe hat noch Kapazitäten für neue Teilnehmer\*innen. Ein Vorgespräch zum Kennenlernen ist erforderlich. Minderjährige benötigen die Einverständniserklärung einer/ eines Erziehungsberechtigten.

Darüber hinaus wurde eine **Morbus Dupuytren Selbsthilfegruppe** gegründet, in der sich Betroffene austauschen und durch Fachvorträge von Ärzt\*innen und Therapeutinnen informieren können.

## Beratungskontakte 2023

In 2023 wurden durch das Selbsthilfe-Büro Remscheid insgesamt **478 Informations- und Beratungskontakte** mit Teilnehmer\*innen von Selbsthilfegruppen, Netzwerkpartnern, Selbsthilfeinteressierten und anderen externen Institutionen registriert. Wie auch in den Vorjahren haben die Kontakte überwiegend telefonisch und per Mail stattgefunden. Besonders häufig wurden Gruppen und professionelle Hilfsangebote zu den Themen psychische Erkrankungen, Krebs und Sucht angefragt (Abb.1.).

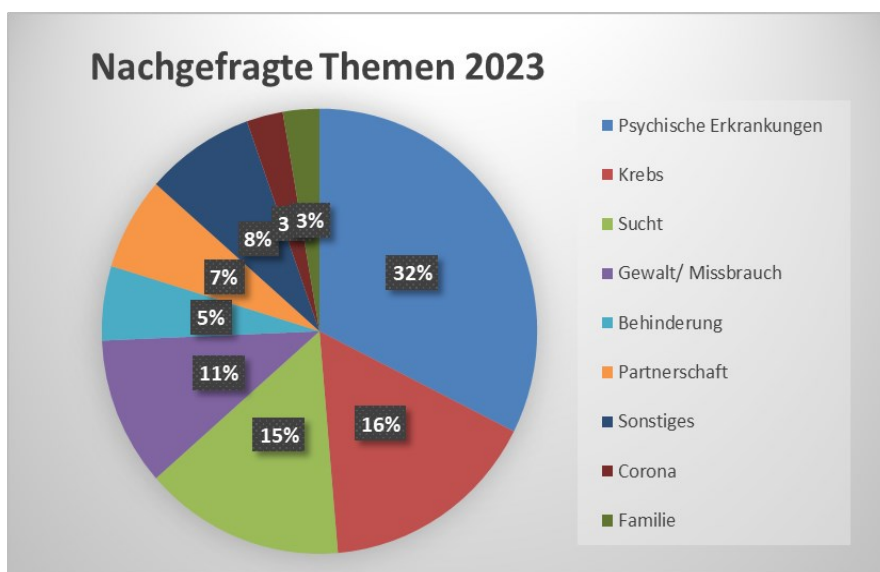


Abbildung 1

### IMPRESSUM

Selbsthilfe-Büro Remscheid

Redaktion:  
Sabine Kübler

Bild / Logonachweis:  
Canva, Zugriff 02/ 24  
Der Paritätische LV NRW

Stand: Dezember 2023

### Themen der Remscheider Selbsthilfegruppen (Stand Dezember 2023)

Adipositas	Lupus Erythematodes
Ammonit	Marfan Syndrom
Behinderung	Morbus Dupuytren ( <b>neu</b> )
Bipolare Störung	Multiple Sklerose
Demenz (Angehörige)	Muskelkranke
Demenz (Kinder)	Pflegende Angehörige
Depressionen	Psychische Erkrankungen
Fibromyalgie	Rheuma
Fetales Alkoholsyndrom	Rollstuhlfahrer
GBS CIPD	Sehbehinderung
Histamin Intoleranz	Sjögren-Syndrom
Junge Selbsthilfe - Psychische Erkrankungen ( <b>neu</b> )	Skoliose
Krebs / ILCO	Sucht
Lipo-Lymphödem	Verlassene Eltern