



Selbsthilfe-Büro
Rhein-Erft-Kreis

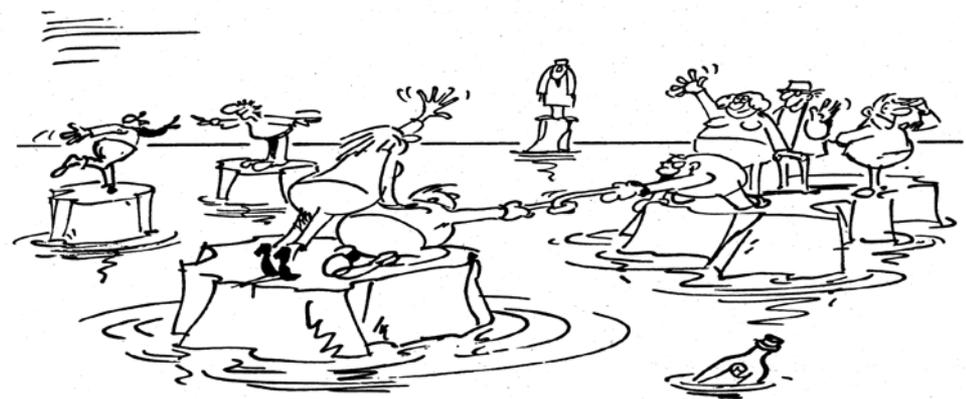
Selbsthilfe?

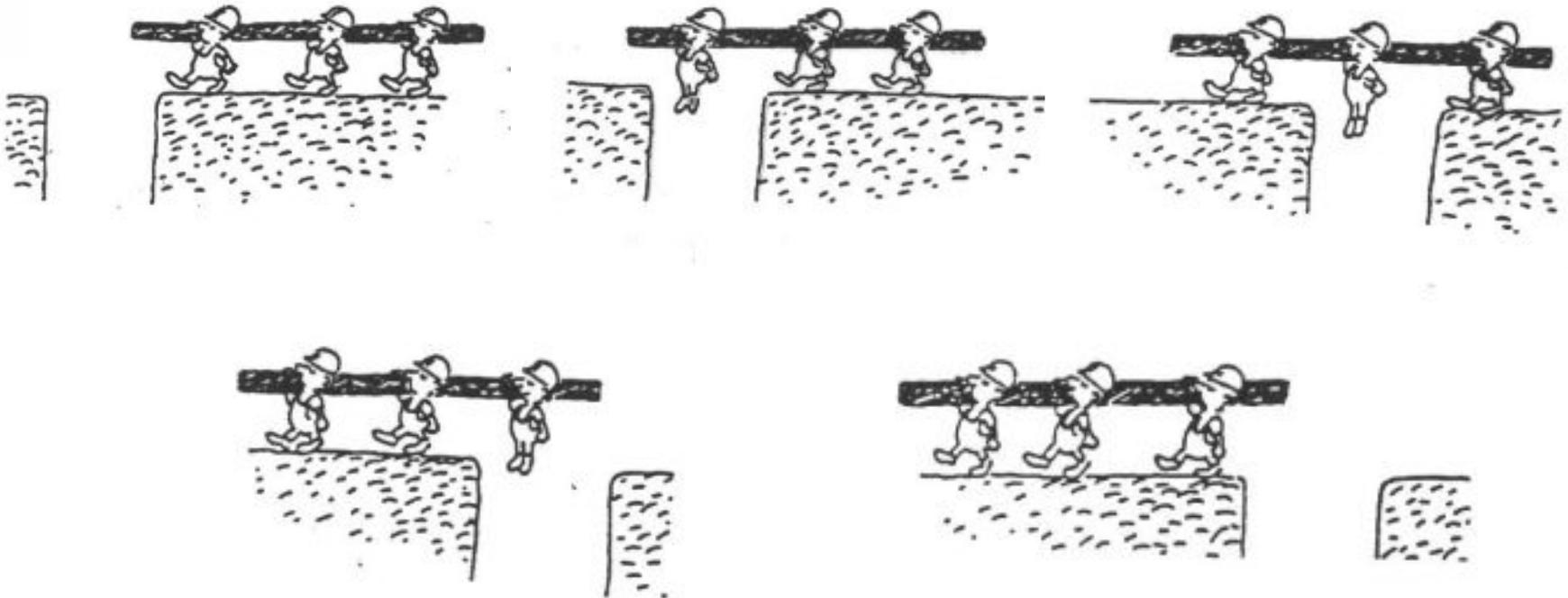
Selbsthilfegruppen sind Zusammenschlüsse von Menschen, die das gleiche Problem oder die gleiche Erkrankung haben mit dem Ziel:

**„Für sich-
mit anderen
für andere!“**

Auf der Basis von

- Betroffenenkompetenz**
- Verständnis**
- Austausch**



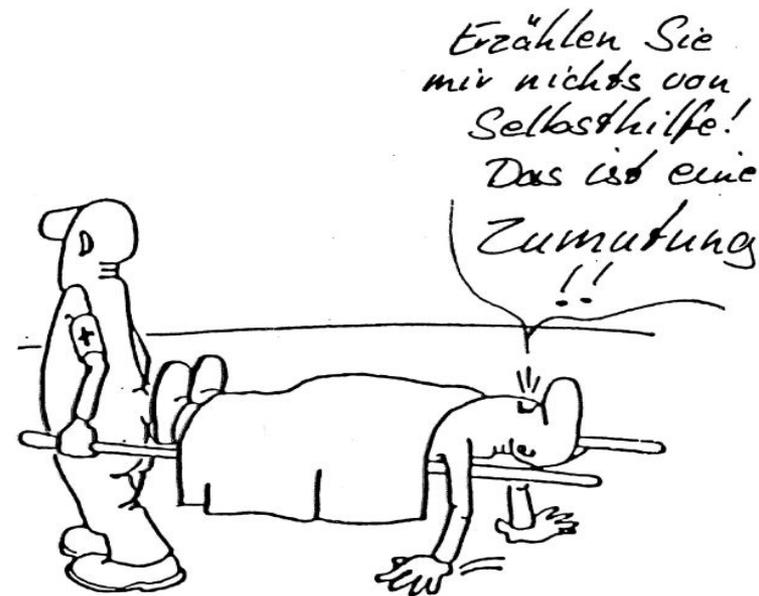


Gemeinsam sind wir stärker ...

Selbsthilfe in Gruppen

Was ist ein Selbsthilfe-Büro?

- **Anlaufstelle mit Lotsenfunktion für alle an Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen Interessierte im Rhein-Erft-Kreis**
- **Service- und Unterstützungsstelle für Selbsthilfegruppen**





Schwerpunkte der Arbeit des Selbsthilfe-Büros

- Beratung und Vermittlung**
- Unterstützung der SHG**
- Öffentlichkeitsarbeit**
- Vernetzung**
- Vertretung der Selbsthilfe in Gremien**

Ca. 100 Selbsthilfegruppen
in den Bereichen:

Behinderungen

Chronische Erkrankungen

Psychische Behinderungen

Sucht

Soziale Selbsthilfe



Selbsthilfegruppen geben neue Impulse - für den Einzelnen

„Ich bin nicht allein!“

- Erfahrungsaustausch
- Information
- Gegenseitige Unterstützung
- Bewältigung der Krankheitsfolgen
- Rehabilitationsangebot
- Ergänzung im Gesundheitssystem



Selbsthilfegruppen geben neue Impulse - Für die Allgemeinheit

- Aufklärung über Erkrankungen/ Probleme**
 - Vorsorge**
 - Verständnis**
- Beteiligung in Gremien des Gesundheits- oder Sozialwesens**
- Einsatz für eine bessere Patientenversorgung oder gerechtere gesetzliche Regelungen**
- Sie sind in der Region aktiv und bemühen sich z.B. um Barrierefreiheit.**



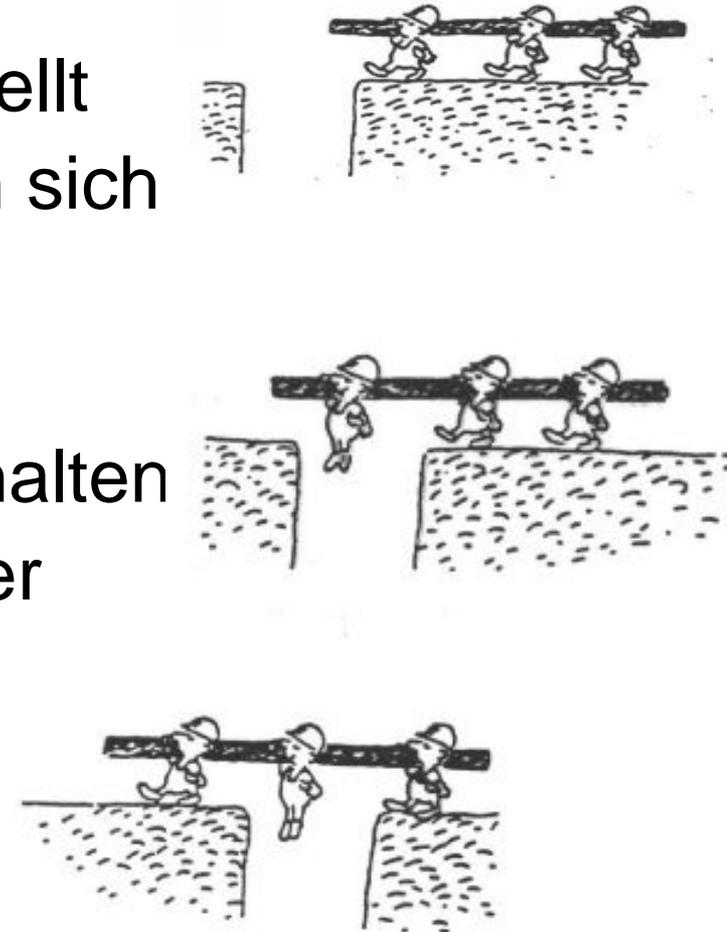
Wofür Selbsthilfe unterstützen?

Selbsthilfe nutzt nicht nur den einzelnen Teilnehmern, sondern hat große gesellschaftliche und Volkswirtschaftliche Bedeutung!



Einsparungen im Sozial- und Gesundheitssystem

- Diagnosen werden früher gestellt
- Behandlungskosten verringern sich
- Gezielte, kritischere
Medikamenteneinnahme
- Gesundheitsbewussteres Verhalten
- Gezielte Nutzung medizinischer
Angebote
- Kürzere Klinikaufenthalte,
weniger Krankheitstage



Gruppenthemen

Sucht / Psychische Erkrankungen

- ca. 30 Suchtgruppen
 - Überwiegend Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit
 - Eine Gruppe Spielsucht
 - Eine Gruppe Cannabis-, Amphetamine-, Partydrogen-Abhängigkeit
 - Elternkreis für Eltern von drogenabhängigen oder –gefährdeten Kindern

- drei Gruppen zu Depressionen
 - Davon eine auch für Burnout und Angststörungen

- Erwachsene Kinder von narzisstischen Eltern

- Emotionale Gewalt in Beziehungen

- Pflegeeltern mit FASD-betroffenen Pflegekindern



Selbsthilfeunterstützung lohnt sich

GruppensprecherInnen leisten im
Monat ca. 38 Arbeitsstunden
ehrenamtlich und unentgeltlich!

(Quelle: Kirsten Fuß-Wölbart, Fachberaterin SH-Büro Euskirchen)

**„Der volkswirtschaftliche Nutzen durch die
kostenlose Arbeitsleistung in Selbsthilfe-
gruppen wird auf rund 2 Mrd. € pro Jahr
geschätzt.“**

(Quelle: Robert-Koch-Institut, Themenheft der GBE Nr. 23 „Selbsthilfe im
Gesundheitsbereich“)

**Herzlichen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit !!**

Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis

Luxemburger Str. 305
50354 Hürth

Tel. 02233-9799541

www.selbsthilfe-rhein-erft.de

selbsthilfe-rhein-erft@paritaet-nrw.org