

Tätigkeitsbericht 2020

1. Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS)

Das Jahr 2020 begann wie die Jahre zuvor: In Absprache mit den ehrenamtlich Engagierten des Selbsthilfenetzwerks, des Lenkungskreises Selbsthilfe sowie mit zahlreichen Kooperationspartnern war bereits eine Jahresplanung erarbeitet, für die Projekte und Aktionen liefen die Vorbereitungen meist seit Ende 2019.

Doch dann kamen die ersten Meldungen über eine mögliche Covid-19 Pandemie, die Zahl der Infizierten stieg und die Kontaktstelle wie auch die Ehrenamtlichen wurden vom ersten Shutdown überrascht. Nach und nach mussten immer mehr Projekte, wie z. B. die Beteiligung des Selbsthilfe-Netzwerks Bodenseekreis an der Internationalen Bodensee Messe in Friedrichshafen, abgesagt werden.

So hangelten sich Fachkräfte wie auch Engagierte von Monat zu Monat in der Hoffnung auf baldige Normalität, verschoben mehrfach Treffen und Veranstaltungen bis zur endgültigen Absage durch die Kontaktstelle, durch Raumgeber oder Kooperationspartner.

Auch wenn die Sommermonate 2020 Anlass zur Hoffnung gaben, erfüllte sich diese im Herbst 2020 nicht. Bei zahlreichen Entscheidungen war neben den rechtlichen Vorgaben, die Sorge um die Gesundheit der Selbsthilfeaktiven und der Gruppenteilnehmenden, von denen viele zu den vulnerablen Gruppen gehören, ein gewichtiger Punkt.

Bekanntes ganz kurz

Die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen gehört im Landratsamt Bodenseekreis organisatorisch zum Gesundheitsamt und ist Teil des Sachgebiets Gesundheitsförderung/Gesundheitsplanung. Das übergeordnete Ziel der Kontaktstelle ist die Förderung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, dabei gilt es gesellschaftliche, gesetzliche sowie institutionelle Entwicklungen zu berücksichtigen und mitzugestalten.

Teilnehmer und Teilnehmerinnen von Selbsthilfegruppen sind mehrheitlich chronisch erkrankt oder befinden sich in einer schwierigen persönlichen oder psychosozialen Lebenssituation. Sie eint, dass sie aufgrund der erworbenen Betroffenenkompetenz zu „Experten in eigener Sache“ wurden. Bürgerschaftlich Engagierte in Selbsthilfegruppen zeichnet aus, dass sie sich dennoch nicht in den privaten Bereich zurückziehen, sondern sich für die Probleme und Belange anderer Menschen in ähnlicher Lebenssituation einsetzen.

Zuständigkeit

Die Mitarbeiterinnen der Kontaktstelle sind gebietsbezogen für den gesamten Bodenseekreis zuständig. Inhaltlich sind Informationsweitergabe und Beratung von Bürgerinnen und Bürgern sowie von Fachleuten und die Begleitung von Gruppen die vorrangigen Aufgaben.

Finanzen

Überwiegend wird die Kontakt- und Informationsstelle aus Mitteln des Kreishaushaltes finanziert. Ergänzend dazu erfolgt eine Förderung durch das Ministerium für Soziales und Integration aus den Mitteln des Landes Baden-Württemberg, sowie durch die GKV-Gemeinschaftsförderung Baden-Württemberg gemäß § 20 h SGB V. Wir bedanken uns herzlich für diese

Unterstützung! Sie ermöglicht die Stärkung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe im Bodenseekreis in besonderem Maße.

Mitarbeiterinnen

Elke Zeller

Medizinische Dokumentarin

Zuständig für Datenpflege, Projektbegleitung und Sekretariat
(Stellenumfang 50%)

Christine Ludwig

Diplom-Sozialpädagogin (FH)

Leitung der Kontaktstelle - zuständig für alle Belange der gemeinschaftlichen Selbsthilfe
(Stellenumfang 70%)

Yvonne Keller-Frank

Gesundheitswissenschaftlerin M.A.

Sozialpädagogin B.A.

Zuständig für den Schwerpunkt Seelische Gesundheit
(Stellenumfang 20%)

Fortbildungen

Zur Qualitätssicherung, im Hinblick auf sich verändernde Anforderungen sowie zur Weiterentwicklung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe nahmen die Mitarbeiterinnen 2020 an folgenden Fortbildungen teil. Leider konnte nur ein Teil der geplanten Fortbildungen online angeboten werden, viele Fortbildungen wurden pandemiebedingt abgesagt.

- Online-Fortbildung Selbsthilfe in einer digitalen Welt (Elke Zeller)
- Online-Fortbildung Selbsthilfe in einer digitalen Welt (Christine Ludwig)
- Einführung in Online-Gruppenmoderation (Christine Ludwig)

2. Selbsthilfe im Bodenseekreis

Selbsthilfe-Netzwerk Bodenseekreis

Ehrenamtliche gestalten!

Das Selbsthilfe-Netzwerk wurde 2014 gegründet und ist eine gemeinsame Plattform für die im Selbsthilfe-Wegweiser aufgeführten Selbsthilfe- und Hospizgruppen.

Ziele der Netzwerkarbeit sind: Informationsweitergabe und -austausch, Schaffung von Kooperationsmöglichkeiten für Gruppen untereinander sowie mit Fachstellen, Förderung und Unterstützung im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit.

Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen ist die Geschäftsstelle des Selbsthilfe-Netzwerks Bodenseekreis.

Der Lenkungskreis Selbsthilfe ist das Steuer- und Arbeitsgremium des Selbsthilfe-Netzwerks. Aus der Gesamtheit der Netzwerkmitglieder werden für die Dauer von zwei Jahren die Mitglieder im Lenkungskreis Selbsthilfe ernannt. Die für 2020 geplante Ernennung des Lenkungskreises Selbsthilfe für die Amtsperiode 2020-2022 wurde verschoben, der aktuelle Lenkungskreis Selbsthilfe bleibt kommissarisch im Amt.

Die partizipative Zusammenarbeit von ehrenamtlich Engagierten und Fachkräften ist Garant für den Erfolg der gemeinschaftlichen Selbsthilfe sowie für den Erfolg von Projekten und darüber hinaus Motivation für das zukünftige Engagement der Bürgerinnen und Bürger.

Gründungsanfragen und –initiativen (ohne Gruppengründung) gab es im Jahr 2020 zu folgenden Themen:

- Attest – kein Mund-Nasen-Schutz
- Beeinträchtigung Gehirnfunktion
- Jugendgruppe Psychische Gesundheit
- Selbsthilfegruppe für Jugendliche und deren Angehörige (Lernschwierigkeiten, Burn-out, drohende Erschöpfung, Depression)
- Selbsthilfegruppe Verwitwete (Neubetroffene)

Folgende Gruppen wurden neu gegründet und im Selbsthilfe-Netzwerk Bodenseekreis aufgenommen:

- Gesprächskreis für pflegende Angehörige Oberteuringen
- Selbsthilfegruppe Depression & Burnout Markdorf
- Begegnungsgruppe Überlingen - Austausch und Schmaus für Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen, deren Angehörige und Freunde
- Verwitwete – Ortstreffen für Verwitwete Ravensburg/Bodenseekreis
- Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Frauengruppe

3. Auswirkungen der Covid-19 Pandemie

Wie bereits erwähnt, konnten zahlreiche Vorhaben, Projekte und Veranstaltungen pandemiebedingt nicht verwirklicht werden:

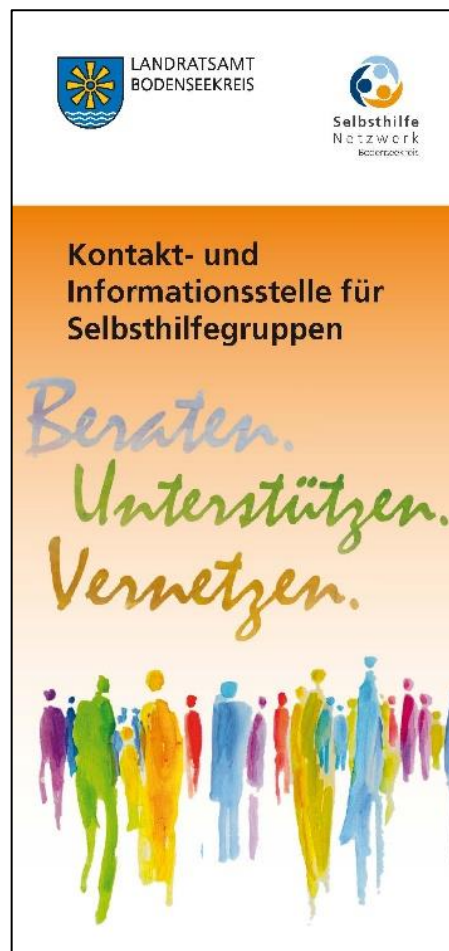
- Teilnahme des Selbsthilfe-Netzwerks Bodenseekreis mit einem eigenen Messestand an der fünftägigen Internationalen Bodensee-Messe 2020 (März 2020)
- Selbsthilfegruppen beteiligen sich an der Gründung des Bündnisses Seelische Gesundheit im Bodenseekreis (Mai 2020)
- Selbsthilfe präsentiert sich an der Landesgartenschau 2020 in Überlingen anlässlich des Aktionstages der Frauenselbsthilfe Krebs (Juni 2020)
- Selbsthilfe-Symposium zum Thema Achtsamkeit mit der Ernennung des „neuen“ Lenkungskreises Selbsthilfe (Juli 2020)
- Austausch- und Vernetzungstreffen der Sprecherräte aus den Landkreisen Ravensburg, Konstanz, Sigmaringen mit den Mitgliedern des Lenkungskreis Selbsthilfe (September 2020)
- Beteiligung des Selbsthilfe-Netzwerks Bodenseekreis an den Gesundheitstagen Friedrichshafen (Oktober 2020)

Die Arbeit in der Kontaktstelle veränderte sich – Flexibilität war gefragt:

- Persönliche Treffen waren ab dem Frühjahr 2020 nicht mehr oder nur unter eng gesteckten Rahmenbedingungen möglich.
- Das Fortschreiten der Pandemie mit den dynamischen Regeln in Bezug auf die Gruppentreffen führte zu einer starken Verunsicherung der ehrenamtlich Engagierten und der Gruppenteilnehmenden. Der Beratungsbedarf veränderte sich und neue Herausforderungen, wie beispielsweise die Umsetzung der Hygienevorschriften oder rechtliche Unsicherheiten wurden Themen zahlreicher Gespräche.
- Es ergaben sich neue Aufgaben in Bezug auf die Unterstützung der Gruppen, insbesondere hinsichtlich neuer Gruppenformate. In den Mittelpunkt rückten Online-Treffen, Präsenztreffen gemäß den Vorgaben, aber auch neue Formate wurden ausprobiert: Treffen in der Natur, Spaziergänge, Fenstergespräche, Telefonketten, Briefe, WhatsApp-Gruppen etc.

- Alle Gruppen wurden angeschrieben, um ihre Erfahrungen in Bezug auf digitale Gruppentreffen, ihre Wünsche und auch ihre Bedarfe zu analysieren. Die Rückmeldungen bildeten die Basis für die Planung der Online-Fortbildungen im Herbst 2020.
- Anerkennung des Engagements ist wichtig für die Motivation zum Ehrenamt. So wurde im August 2020 an jede Selbsthilfe- und Hospizgruppe eine Postkarte mit dem Titel „Danke für Ihren Einsatz“ verschickt. Siehe dazu Punkt 4 „Neue Medien 2020“.
- Um mit den Gruppen in Kontakt zu bleiben, erschien ab März 2020 der monatliche Newsletter „Infos aus der Kontaktstelle“ online bzw. gedruckt für alle Gruppen ohne E-Mailadresse.
- Fortbildungen für Ehrenamtliche – online
 „Selbsthilfe wird digitaler“ – Online-Gruppentreffen moderieren (Referentin: Eva Hunger, <https://evahunger.com>)
 „Selbsthilfe wird digitaler“ – Die Nutzung digitaler Medien für Selbsthilfegruppen (Referenten Renate Mitleger-Lehner und Florian Gress, Support durch die SEKO Bayern)
- Broschüre „Von der Idee zum Flyer“: Konzeption, Inhalt und Layout gestaltet durch HuM-Collective, www.hum-co.de
- Bereits im Frühjahr 2020 erschien der Selbsthilfe-Wegweiser (SHW) 2020. Nahezu 6.000 Exemplare wurden an Arztpraxen, Gemeinden, Apotheken, Krankenhäuser etc. versandt.
- Bereits im Sommer/Herbst 2020 erfolgte die Datenabfrage für den Selbsthilfe-Wegweiser 2021.

4. Neue Medien 2020:





5. Jahresplanung 2021

Geplante Veranstaltungen und Projekte

- Beteiligung am Projekt der Servicestelle Bürgerschaftliches Engagement zur Vorbereitung eines Engagement-Tages oder einer Engagement-Woche im Frühherbst 2021.
- Netzwerktreffen mit Ernennung des Lenkungskreises Selbsthilfe – Format und Termin noch nicht festgelegt.
- Fortbildung für Ehrenamtliche zum Thema Online-Kommunikations-Kurs in Kooperation mit der Servicestelle BE und der vhs-fn, als Termin ist der 15.05.2021 geplant.
- Online-Fortbildungsangebot für Engagierte in Selbsthilfe- und Hospizgruppen, Referentin Eva Hunger, avisiert für Juni-Juli 2021.
Workshop #1: Selbstfürsorge in der Selbsthilfearbeit
Wie kann ich im Rahmen der Selbsthilfearbeit gut auf mich achten?
- Workshop #2: Selbstfürsorge in der Selbsthilfearbeit
Wie können wir voneinander lernen und Herausforderungen gemeinsam meistern?

Geplante Druckerzeugnisse

- Selbsthilfe-Wegweiser 2021 gedruckt & online (Druck und Versand)
- Broschüre „Von der Idee zum Flyer“ (Druck und Versand)