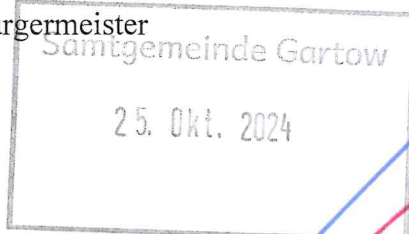


DER PARITÄTISCHE LÜCHOW-DANNENBERG ■ Schloßgraben 3 ■ 29451 Dannenberg

Samtgemeinde Gartow
Herr Samtgemeindebürgermeister
Christian Järnecke
Springstr. 14
29471 Gartow



Selbsthilfekontaktstelle

Rosenstraße 19
29439 Lüchoow

Unser Zeichen: str
Es berät Sie: Frau Strauchmann
Telefon: 058419747377
E-Mail: sina.strauchmann@paritaetischer.de

Datum: 25.10.2024

FA | SGA
11.12.24

Antrag auf Förderung der Selbsthilfekontaktstelle Lüchow-Dannenberg

Sehr geehrter Herr Järnecke,

die Selbsthilfekontaktstelle bietet im sozialen Unterstützungssystem im Landkreis vielfältige Möglichkeiten zur Teilhabe, Beratung, Ehrenamt sowie Förderung der Selbsthilfearbeit. Die Angebote der Kontaktstelle werden von den Bürgerinnen und Bürgern gut angenommen, ein Gruppenraum steht den Selbsthilfegruppen zur Verfügung und wird rege genutzt. Ich unterstütze und koordiniere die Selbsthilfegruppen des Landkreises und begleite diese bei Neugründungen. Selbsthilfegruppen sind ein wichtiger Teil der Gesundheitsvorsorge; Menschen finden Halt und Wege aus der Krise. Damit die Selbsthilfeaktiven auch weiterhin die Gesundheitsversorgung hier im Landkreis ergänzen und dabei auch wichtige Aspekte der sozialen und psychosozialen Versorgung übernehmen können, brauchen wir Ihre Unterstützung. Nach wie vor wird die Selbsthilfearbeit zum größten Teil von den Krankenkassen finanziert.

Daran ist allerdings auch immer die Bedingung geknüpft, dass sich die Kommunen ebenfalls an der Förderung beteiligen (mindestens mit einem kleinen Beitrag). Die Kassen werten dies als Signal dafür, dass Selbsthilfearbeit in der Region gewünscht und unterstützt wird.

Wir würden uns sehr freuen, wenn wir in diesem Jahr mit einer Unterstützung rechnen können und hoffen auf einen **Zuschuss von 100,00 Euro**. Der Tätigkeitsbericht für das Jahr 2024 mit der Planung für das Jahr 2025 liegt diesem Schreiben bei; ferner erhalten Sie den aktualisierten Selbsthilfewegweiser von diesem Jahr. Gerne können Sie sich auch persönlich ein Bild von unserer Arbeit machen; Sie sind herzlich in die Räume in der Rosenstraße 19 in Lüchow eingeladen.

Mit freundlichen Grüßen



Sina Strauchmann
Koordinatorin Selbsthilfe Kontaktstelle
Kreisverband Lüchow-Dannenberg

Projektbeschreibung 2025

Selbsthilfekontaktstelle Lüchow
Leitung Sina Strauchmann

Inhalt

Ziele und Aufgaben der Selbsthilfekontaktstelle.....	2
Arbeitsschwerpunkte der Selbsthilfekontaktstelle	2
2.1	2
2.2	3
Information und Vermittlung	3
Netzwerke / Gremien.....	3
Beratung und Begleitung	4
Öffentlichkeitsarbeit	4
6.1 Presse.....	4
6.2 Internet.....	4
Projekte 2025	4
Planung 2025	4

Ziele und Aufgaben der Selbsthilfekontaktstelle

Die Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes im Landkreis Lüchow-Dannenberg besteht bereits seit 2008. Vorrangige Aufgabe ist es seitdem, den Gedanken der Hilfe zur Selbsthilfe im Landkreis bekannter zu machen und die lokalen Selbsthilfestrukturen zu fördern sowie auszubauen.

Beratung, Vermittlung und Koordination von Interessierten und Betroffenen zu den Themen Selbsthilfegruppen, Unterstützung bei Gruppengründung und auftretenden Fragen sowie Konflikten im Gruppenprozess gehören ebenso zu den Aufgaben der Selbsthilfekontaktstelle wie die Weiterleitung und Verweisberatung hinsichtlich professioneller Angebote. Ferner schließt die alltägliche Arbeit die Verwaltung der Datenbanken mit der entsprechenden Dokumentation ein. Zu den zentralen Anliegen zählen ebenfalls die Netzwerkarbeit, Beteiligung an Arbeitskreisen und Gremien sowie die Teilnahme an Fortbildungen und Fachtagungen zur professioneller Weiterentwicklung.

Die Selbsthilfekontaktstelle ist Teil eines großen Beratungsstellenzentrums in zentraler Lage in Lüchow. Tür an Tür finden sich unterschiedliche Beratungseinrichtungen, die voneinander profitieren und Betroffenen oftmals durch kurze Wege den Zugang erleichtern können. Unter der Adresse "Rosenstraße 19" sind neben der Kontaktstelle mittlerweile der Sozialpsychiatrische Dienst, die Erziehungsberatungsstelle, die Beratungsstelle für Schwangerschaft und Familienplanung, die Kur- und Erwerbslosenberatung, die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) sowie Sprechstunden der Suchtberatungsstelle zu finden.

Arbeitsschwerpunkte der Selbsthilfekontaktstelle

2.1 Beratung und Kontakt zu Selbsthilfegruppen

Fokus der Kontaktstellenarbeit in Lüchow stellt die Beratung von Selbsthilfeinteressierten einerseits und Selbsthilfeaktiven andererseits dar. Persönliche sowie telefonische Erstgespräche inklusive psychosozialer Beratung bei gleichzeitiger Verweisberatung hinsichtlich anderer Angebote nehmen einen hohen Stellenwert im Tagesgeschäft ein. Dabei erörtern die Ratsuchenden ihr(e) Anliegen mit der Selbsthilfekontaktstellenmitarbeiterin und konkretisieren innerhalb der Gespräche ihre Bedarfe und Herausforderungen, woraufhin der Verweis an bestimmte Selbsthilfegruppen oder anderweitige Unterstützungsmöglichkeiten, wie z. B. den sozialpsychiatrischen Dienst, Senioren- und Pflegestützpunkt, medizinische Fachleute u.a. erfolgt. Somit kommt der Kontaktstelle eine Clearingfunktion zu. Teilweise finden auch mehrere Kontakte statt, da die Person unsicher über die Eignung der jeweiligen Gruppe ist oder weitere Beratung bzgl. ihrer Probleme in Anspruch nehmen möchte. Es ergeben sich aus Beratungsgesprächen durchaus Gruppengründungen, falls für ein Thema keine passende Selbsthilfegruppe vorliegt: Hier unterstützt die Selbsthilfekontaktstelle dann bei Raum- und Mitgliedersuche, Öffentlichkeitsarbeit, Antragswesen und Fördermittel, Gruppendynamik sowie Fortbildungen und anfallenden individuellen Bedarfen.

Neben dem Schwerpunkt „Beratung von Selbsthilfeinteressierten“ ist ein großer Anteil der Kontaktstellenarbeit im Bereich „Beratung und Unterstützung von Selbsthilfeaktiven“ zu verorten. Nach Gruppengründung steht so die Selbsthilfekontaktstelle bei Themen wie Gruppenregeln, Konflikten in der Gruppe, Fortbildungen, Öffentlichkeitsarbeit, Veranstaltungen, Fördermittel(beantragung) und weiteren Aspekten zur Seite. Dabei steht im ländlichen Raum Lüchow-

Dannenberg auch der persönliche Kontakt und Austausch unter den Gruppen sowie der Kontaktstellenmitarbeiterin mit den Gruppen im Mittelpunkt, um über aktuelle Entwicklungen, Herausforderungen und Bedarfe im Bilde zu sein. Durch regelmäßige Telefonate, Gesamttreffen, Newsletter per Mail an bestehende Selbsthilfegruppen sowie Veranstaltungen besteht ein kontinuierlicher und regelmäßiger Austausch., der auch im Jahr 2025 weitergeführt und durch Projekte und Angebote ausgebaut wird.

2.2 Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit

Die Selbsthilfekontaktstelle erfuhr zum 01. November 2023 einen Leitungswechsel. So übernahm Sina Strauchmann die Aufgaben von Britta Verleger. Aufgrund des Wechsels beschäftigte sich die Selbsthilfekontaktstelle intensiv mit dem Thema Netzwerkarbeit und nahm/nimmt Kontakt zu bereits bestehenden und bisher weniger einbezogenen Institutionen, Vereinen und KooperationspartnerInnen auf: Persönliche Termine inklusive Verbreitung neuer Selbsthilfewegweiser 2024 bewirkten so den Ausbau der Netzwerke und es konnten bereits Kooperationsveranstaltungen, Newsletter, Gremien und Sitzungen sowie weitere Veranstaltungen stattfinden. Auch Verweise der jeweiligen Netzwerkteiligen an die Selbsthilfekontaktstelle kamen so zustande und verdeutlichen die Bedeutsamkeit von Netzwerkarbeit im Wechselspiel mit Sichtbarkeit und Einbindung in die sozialen Unterstützungsnetze des Landkreises. Die Netzwerkarbeit wird im Jahr 2025 kontinuierlich weitergeführt und durch Veranstaltungen und Projekte ausgebaut.

Durch Öffentlichkeitsarbeit, Planung und Durchführung von Veranstaltungen zum Thema Selbsthilfe, Förderung von Kontakten zwischen Fachleuten und Selbsthilfegruppen kann die Selbsthilfe öffentlich auftreten und mit ihrer Arbeit verschiedene Menschen ansprechen.

Information und Vermittlung

Zentrale Bedeutung in der Selbsthilfekontaktstelle kommen Beratung und Vermittlung zu: Als Anlaufstelle für Ratsuchende zum Thema Selbsthilfe in ihren vielfältigen Formen, aber auch bei unspezifischen Bedarfen, sieht sich die Kontaktstelle als einen Pfeiler des Beratungsnetzwerkes im Landkreis Lüchow-Dannenberg. Es ist zu beobachten, dass Menschen mit den verschiedensten Anliegen die Selbsthilfekontaktstelle besuchen und regelmäßig an andere Institutionen / Beratungsstellen / Einrichtungen verwiesen werden müssen. Teilweise lässt sich feststellen, dass Interessierte zunächst die Selbsthilfekontaktstelle kontaktieren, da sie nicht sicher sind, welche Hilfe für ihre Situation in Betracht kommt.

In Beratungsgesprächen können die Bedarfe und Wünsche der Betroffenen ermittelt werden und stimmige Selbsthilfegruppen stehen im weiteren Verlauf oftmals zur Verfügung. Darüber hinaus bietet die Selbsthilfekontaktstelle Unterstützung bei der Neugründung von Gruppen an, falls z. B. noch keine passende Gruppe besteht. Durch den regelmäßigen Austausch zwischen Selbsthilfegruppen und Kontaktstelle wird deutlich, wie häufig Vermittlungen von Erfolg gekrönt sind und wie sich die Gruppen entwickeln.

Netzwerke / Gremien

Regionaler Arbeitskreis
Paritätischer Arbeitskreis
Niedersächsischer Arbeitskreis
Netzwerk Demenz/ Lokale Allianz für Demenz
Sozialpsychiatrisches Netzwerk SpDi Wendland

Beratung und Begleitung

Die Selbsthilfekontaktstelle steht allen Menschen als Anlaufstelle zum Thema Selbsthilfe offen. Sie berät Gruppensuchende ebenso wie Personen, die eine Neugründung anstreben und begleitet, wenn gewünscht, die verschiedenen Phasen und Aspekte der Gruppengründung. Auch bestehende Selbsthilfegruppen können sich jederzeit an die Selbsthilfekontaktstelle wenden, z. B. im Fall von Fragen bzgl. Gruppendynamik, Zuwachs der Gruppe, Gruppenkonflikte, Öffentlichkeitsarbeit, Projekte, etc. Ein regelmäßiger Kontakt und Austausch besteht durch wiederkehrende Gesamttreffen und Veranstaltungen, bei denen die Selbsthilfegruppen und Mitarbeiterin der Kontaktstelle zusammenkommen.

Öffentlichkeitsarbeit

6.1 Presse In Zusammenarbeit mit der örtlichen Presse erscheinen regelmäßig die Kontaktadressen der Selbsthilfegruppen in der Zeitung und in Gesundheitsmagazinen. Bei Gruppenneugründungen erscheint, wenn von der Selbsthilfegruppe gewünscht, ein Artikel in der Zeitung nach vorangegangenem Interview. Im Rahmen von größeren Veranstaltungen, Projekten oder Aktionen lädt die Selbsthilfekontaktstelle ebenfalls Pressevertreterinnen und -vertreter ein, um die Arbeit und Angebote bekannter zu machen und über die Arbeit der Gruppen sowie der Kontaktstelle zu informieren.

6.2 Internet Die Internetpräsenz www.paritaetischer.de/kreisverbaende/luechow-dannenberg/unsere-angebote/selbsthilfekontaktstelle/ enthält Informationen zu aktuellen Selbsthilfegruppen, Gruppenneugründungen, Veranstaltungen, Projekten und Zeitungsbeiträgen. Auch Ankündigen, Termine und das Archiv mit Informationen über vergangene Veranstaltungen lassen sich dort abrufen. Die Öffnungszeiten, Sprechstunden sowie Adresse der Selbsthilfekontaktstelle sind ebenfalls zu finden. Zudem beinhaltet die Website den Selbsthilfewegweiser im PDF Format aus dem Jahr 2024.

Projekte 2025

Woche der Selbsthilfe Mai 2025: Beteiligung mit Aktion, z. B. Trommelworkshop, Lesung, Filmvorführung
Fortbildung Selbsthilfeaktive
Fortbildung zum Thema „Öffentlichkeitsarbeit“
Projekt zum Thema „Einsamkeit“
Aufgreifen Ideen der Selbsthilfeaktiven

Planung 2025

- Sensibilisierung bestehender Gruppen zum Thema „Junge Selbsthilfe“
- Gesamttreffen mit Gruppensprecher*innen zum Informations- und Erfahrungsaustausch sowie der Planung gemeinsamer Aktivitäten

- Teilnahme und Mitarbeit im regionalen Arbeitskreis, Paritätischen Arbeitskreis und Niedersächsischen Arbeitskreis, Teilnahme und Mitarbeit „Netzwerk Demenz“ /Trialog
- Planung und Durchführung eines Selbsthilfetages mit den Selbsthilfegruppen des Landkreises
- Ausbau bestehender und Aufbau neuer Netzwerke
- Intensive Öffentlichkeitsarbeit durch Pressearbeit und Veranstaltung des Selbsthilfetages
- Planung und Durchführung von Fortbildungen für die Aktiven im Selbsthilfebereich
- Teilnahme an Fachtagen und Fortbildungen für die Selbsthilfekontaktstelle