

# Jahresbericht 2024

## Selbsthilfe-Kontaktstelle

## Bielefeld

### Inhalt

---

Einleitung  
Rahmenbedingungen  
Finanzierung  
Personelle Situation  
Zahlen und Statistik  
Projekte  
Kooperationen und Gremien  
Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit  
Ausblick 2025



## Einleitung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld ist die zentrale Informations- und Beratungsstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe. Das Kontaktbüro Pflege-selbsthilfe (KoPS) ist ein zusätzliches Angebot für pflegende Angehörige.

## Rahmenbedingungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld, in Trägerschaft des Vereins BIKIS e.V. 1985 gegründet, ist seit 1996 in Trägerschaft des Paritätischen NRW e.V. Zwei barrierefreie Gruppenräume sowie eine Teeküche stehen Selbsthilfegruppen kostenlos zur Verfügung. Ein Gruppenraum ist technisch für Hybrid-Sitzungen ausgestattet. Die Räume werden von 41 Gruppen für regelmäßige Treffen, auch am Wochenende, genutzt. Der Selbsthilfe-Kontaktstelle stehen drei Büroräume zur Verfügung. Ein weiterer Raum im Haus kann für Beratungsgespräche genutzt werden.

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bielefeld (KoPS) wird seit Juni 2017 gefördert. Es liegt ein gesonderter Jahresbericht für 2024 vor.

## Finanzierung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wird hauptsächlich durch die Stadt Bielefeld und die Gesetzlichen Krankenkassen / -verbände NRW (Selbsthilfeförderung gem. § 20h SGB V) gefördert. Weitere Zuwendungen erhält die Selbsthilfe-Kontaktstelle vom Land NRW und dem Paritätischen NRW e.V. als Träger. Die Finanzierung KoPS wird durch das Land NRW und die Landesverbände der Pflegekassen sichergestellt.

## Personelle Besetzung

Matthias Rotter (Geschäftsführung), Christa Steinhoff-Kemper (Fachkraft), Uwe Ohlrich (Fachkraft), Angelika Ammann (Fachkraft) und Ina-Ricarda Sahrhage (Sachbearbeitung) sind jeweils in Teilzeit für die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld und das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe tätig. Karla Meyer (Praktikantin im Rahmen der EX-IN-Ausbildung) ab 01.11.2024.

## Zahlen und Statistik

### – Anfragen und Anliegen

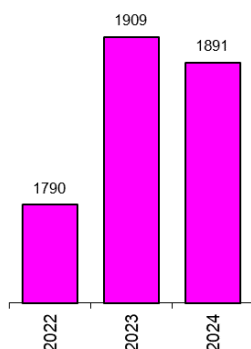
2024 verzeichnete die Selbsthilfe-Kontaktstelle insgesamt 1.891 Anfragen. Kontakte im Rahmen von (Online-) Veranstaltungen wurden nicht erfasst. Rund 72 % der Anfragen Betroffener und selbsthilfeinteressierter Profis bezogen sich auf die Suche nach einer Selbsthilfegruppe, nach einem professionellen Hilfeangebot oder auf die Gründung einer Selbsthilfegruppe.

Die Auswertung der Häufigkeit der Anfragen Suchender nach den rund 140 Selbsthilfethemen ergibt folgende Rangfolge der Themencluster: 1. Psychische Belastungen und Erkrankungen, 2. Chronische Erkrankungen und Behinderungen, 3. Suchterkrankungen, 4. Soziale Selbsthilfe und Lebensbewältigung, 5. Familienbezogene Selbsthilfe.

Die häufigsten Anliegen der Selbsthilfegruppen bezogen sich auf die Themenfelder „Finanzen / Krankenkassenförderung“, „Organisatorische Unterstützung“, und „Öffentlichkeitsarbeit“.

[www.selbsthilfe-bielefeld.de](http://www.selbsthilfe-bielefeld.de), die Homepage der Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld wurde grundlegend überarbeitet und ging im April 2024 an den Start. Zugriffszahlen sind daher nicht aussagekräftig. Das landesweite Portal [www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de), in dem auch die Bielefelder Selbsthilfegruppen zu finden sind, wurde 2024 rund 78.000 Mal zu Recherchezwecken genutzt.

[SelbsthilfeNews](#) sind ein Angebot der Gesetzlichen Krankenkassen in NRW. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist beteiligt und gibt alle 2 Monate einen Newsletter heraus. Unter den Abonnenten sind sowohl Einzelpersonen als auch Mitarbeitende professioneller Einrichtungen. Die Zahl der Empfänger stieg in 2024 von 438 auf 518.



## Gruppengründungen und -auflösungen

2024 wurden folgende Selbsthilfegruppen neu aufgenommen:

- AD(H)S-Frauengruppe
- AD(H)S-Selbsthilfegruppe für Erwachsene im Grünen Würfel
- Angehörige psychisch erkrankter Menschen
- Angehörige psychisch kranker Kinder und Jugendlicher
- AvS – Angehörige suchtkranker Menschen
- Depression Tagesklinik West
- DMSG - MorgenStunde - Frühstückstreff für MS-Erkrankte - Bielefeld-Senne
- DMSG - Frühstückstreff für Angehörige von MS-Erkrankten - Bielefeld-Brackwede
- Frauen mit sexueller Missbrauchs- und/oder Gewalterfahrung
- Game over – Glücksspielsucht
- Morbus Bechterew
- Poly-Treff - Polyamorie
- Späte Trauer
- th!nk pink club e.V - ladies.talk für Brustkrebsbetroffene
- Transmann e.V.
- Traumatänzer – Patient\*innen mit Traumafolgestörungen der Station B1 im EvKB

Folgende Gruppen haben ihre Treffen, zum Teil nach vielen Jahren engagierter Arbeit, eingestellt:

- Blaues Kreuz Brackwede in der Ev. Kirche Deutschland (BKE) Gruppe II
- Depressionen – ehemalige Patien\*innen einer Tagesklinik
- Gesprächskreis für Menschen in Trauer – Haus Salem
- Gesprächskreis für Eltern in Trauer – Haus Salem
- Glückwärts – Frauen und Männer genesen von sexuellem Missbrauch und Gewalt
- Hoffnungsschimmer – für Menschen, die eine\*n Partner\*in verloren haben
- Interkulturelle Frauengruppe mit Integrationsschwierigkeiten
- Knotenpunkt e.V.
- Menschen mit Psychiatrieerfahrung des VPE Bielefeld e.V.
- Polio Selbsthilfe e.V. Gesprächskreis Bielefeld
- SHALK – Selbsthilfe queerer suchtkranker Menschen

## Kooperationen und Gremienarbeit

Mit dem Klinikum Bielefeld und dem Evangelischen Klinikum Bethel (EvKB) ist seit 2008 bzw. 2018 eine vertragliche Kooperation zur Umsetzung des Konzeptes „Selbsthilfefreundlichkeit“ vereinbart. Wesentlich sind gemeinsame Qualitätszirkel in den jeweiligen Kliniken. Beteiligt sind insgesamt 35 Selbsthilfegruppen. Eine Kooperationsvereinbarung besteht mit dem Franziskus Hospital Bielefeld.

Eine weitere Kooperationsvereinbarung regelt die Zusammenarbeit mit dem Psychologischen Beratungsdienst der Gesellschaft für Sozialarbeit e.V. Anlassbezogen ergibt sich die Zusammenarbeit mit verschiedenen Akteuren der psychosozialen und gesundheitlichen Versorgung.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist in folgenden Gremien aktiv:

- Kommunale Gesundheitskonferenz der Stadt Bielefeld
- PSAG-Arbeitskreise: „Fachgruppe Beratung und Therapie“, „Netzwerk Migration und psychosoziale Versorgung“
- Arbeitskreis „Beratung und Selbsthilfe für behinderte Menschen“ der Stadt Bielefeld



- Migrationskonferenz der Stadt Bielefeld
- Arbeitsgemeinschaft Suchthilfe Bielefeld
- Arbeitskreis Sucht und Migration
- Trauernetzwerk Bielefeld
- Konferenz der Mitgliedsorganisationen im Paritätischen Bielefeld
- Facharbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen im Paritätischen NRW
- Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW.

## Veranstaltungen



- **Lindenhoftagung der AG Suchthilfe Bielefeld:** Gemeinsamer Fachtag der Suchthilfe und Suchtselbsthilfe in Bielefeld am 20.01. Moderation der Podiumsrunde und Beteiligung in Arbeitsgruppen.
- **Tag der Seltenen Erkrankungen:** Informationsveranstaltung am 02.03. mit zehn Selbsthilfegruppen auf dem Jahnplatz in Bielefeld.
- **Krebs in der Familie – Hilfe und Angebote im Evangelischen Klinikum Bethel:** Informationsstand zu Selbsthilfegruppen und Beitrag im Vortragsprogramm am 13.04
- **Europäischer Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung:** Beteiligung am Aktionsbündnis sowie Teilnahme an der zentralen Veranstaltung am 30.04.
- **125 Jahre im Klinikum Bielefeld:** Selbsthilfe-Forum mit 20 Info-Ständen der Selbsthilfegruppen beim Tag der offenen Tür am 01.09.
- **Woche der Seelischen Gesundheit:** Beteiligung im Planungsgremium mit eigener Veranstaltung sowie beim Solidaritätsgang und bei der Abschlussveranstaltung zusammen mit Selbsthilfegruppen
- **Radio Bielefeld – Selbsthilfe hat Stimme:** Mit Selbsthilfegruppen wurden drei Radiobeiträge erstellt und im November ausgestrahlt, finanziell gefördert von der AOK NordWest.

## Projekte 2024



- **BEA: Beraten – Ermutigen – Assistieren** in Kooperation mit dem Job-Center Bielefeld: Informationsaustausch mit der Projektleitung zur Einbindung von Selbsthilfegruppe als Peer-Berater\*innen.
- **„Selbsthilfe stärken: Virtuelles Haus der Selbsthilfe NRW“** für Online Treffen von Selbsthilfegruppen, gefördert von der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW bis zum 30.06.2024.
- **„Selbsthilfe in die Lehre bringen:** Zusammenarbeit der Selbsthilfe-Kontaktstelle mit der Medizinischen Fakultät OWL“, den Kliniken Bielefeld und Lippe sowie der Selbsthilfe – Start der Kooperation.

## Ausblick 2025



- **Gesamttreffen der Bielefelder Selbsthilfegruppen:** Frühjahr und Herbst
- **Bundesweite Aktionswoche „Wir hilft!“** des Paritätischen Gesamtverbandes
- **Workshop mit dem fs – freiwillige Suchthilfe Bielefeld e.V.:** Jahres- und Perspektivplanung
- **40-jähriges Jubiläum** der Selbsthilfe-Kontaktstelle

**Selbsthilfe-Kontaktstelle Bielefeld** | Stapenhorststr. 5 | 33615 Bielefeld | Telefon 0521 96 406 96  
 selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org | www.selbsthilfe-bielefeld.de | **Sprechzeiten** Montag bis  
 Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr | Dienstag 15:00 - 18:00 Uhr und nach Vereinbarung