



**Zusammen
sind wir stark!**

Aktuelle Themen

Eine neue Kontaktstelle für die Kreise Coesfeld und Borken

Die Frauenselbsthilfe nach Krebs stellt sich vor

Ausgezeichnet!

Die gemeinsame Reise geht weiter!

Neue Ernährungsbroschüre für ALS Patienten

LEBENSRIITTER bilden Spenderherz

Benefizabend zugunsten der Krebsberatung

Mach mit!

Themenlisten der Selbsthilfegruppen im Kreis Coesfeld und im Kreis Borken

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken



Ihre Ansprechpartnerinnen
(v.l.n.r.): Beate Kleine Bösing (Verwaltung), Hannelore Heymann (Beratung), Melanie Goreta (Beratung)

Selbsthilfe-Kontaktstelle

Hallo,

endlich ist es soweit! In den Kreisen Coesfeld und Borken startet eine neue Selbsthilfe-Kontaktstelle. Nachdem die Selbsthilfe in beiden Kreisen bisher als Zweigstelle von Münster aus unterstützt wurde, gibt es jetzt ein deutlich umfangreicheres und eigenständiges Angebot.

Wir freuen uns auf eine gute und kooperative Zusammenarbeit mit allen Selbsthilfe-Interessierten und hoffen Sie vielleicht schon zur offiziellen Eröffnung am 14.07.2017 persönlich zu begrüßen.

**Ihr Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle
Kreis Coesfeld/Kreis Borken**

Eine neue Kontaktstelle für die Kreise Coesfeld und Borken



© Allgemeine Zeitung Coesfeld/Detlef Scherle

Seit dem 01.04.2017 hat unsere neue Selbsthilfe-Kontaktstelle für die Kreise Borken und Coesfeld ihre Arbeit aufgenommen. Damit knüpfen wir an die Arbeit des bisherigen Selbsthilfe-Büros an. Das neue Mitarbeiter-Team, bestehend aus Hannelore Heymann und Melanie Goreta als Fachkräfte und Beate Kleine Bösing als Verwaltungskraft, steht zukünftig Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Interessierten als Ansprechpartnerinnen zur Verfügung.

In barrierefreien Räumlichkeiten sind wir in Coesfeld an der Bahnhofstr. 23, sowie in Borken an der Graf-Friedrich-Str. 24 zu finden. Damit ist die Selbsthilfe-Kontaktstelle für beide Kreise vor Ort gut erreichbar und steht für Informationen und Anliegen rund um das Thema Selbsthilfe gerne zur Seite.

Am **14. Juli 2017** ist die offizielle Eröffnung der Selbsthilfe-Kontaktstelle mit Veranstaltungen in Coesfeld und Borken. Gestartet wird vormittags in den neuen Räumlichkeiten in Coesfeld. Nachmittags werden dann die neuen Räume in Borken eröffnet.

Kreis Coesfeld/Kreis Borken

Bahnhofstr. 23
48653 Coesfeld
Tel.: 0 25 41 | 926 02 22

Graf-Friedrich-Straße 24
46325 Borken
Tel.: 0 28 61 | 605 31 00

Sprechzeiten Coesfeld

(Hannelore Heymann)

Montag 10:00 – 12:00 Uhr
Donnerstag 10:00 – 12:00 Uhr
14:00 – 16:00 Uhr

Sprechzeiten Borken

(Melanie Goreta)

Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr
14.00 – 16.00 Uhr
Freitag 10:00 – 12:00 Uhr

[E-Mail schreiben](#)

[Website besuchen](#)

Benefizabend zugunsten der Krebsberatung



Gute Unterhaltung ist garantiert bei dem Mix aus Musik, Kabarett und Fingerfood im Fürstensaal des Schlosses Ahaus

am Freitag, den 23. Juni 2017 um 19:00 Uhr.

Der Erlös dieser Veranstaltung fließt als Spende an das Tumor-Netzwerk im Münsterland e. V., um das Unterstützungsangebot der Krebsberatungsstelle im Kreis Borken zu stärken.

[Weitere Informationen im Veranstaltungsfaltblatt \(PDF\).](#)

Mach mit!

Offizielle Einladungen mit den genauen Daten werden noch rechtzeitig verschickt.

Wir freuen uns, Sie kennen zu lernen - vielleicht ja schon bei der Eröffnung am 14. Juli!

PS: Auch die Presse hat schon berichtet!

[Hier geht es zum Artikel.](#)

Die Frauenselbsthilfe nach Krebs stellt sich vor



Wenn die Diagnose "Krebs" lautet, ist das für die meisten Menschen ein Schock. Das Leben scheint aus den Fugen zu geraten. Die Erschütterung erstreckt sich auf alle Lebensbereiche. Angesichts der Bedrohung des eigenen Lebens stellt sich bei vielen Menschen ein Gefühl der Ohnmacht und Hilflosigkeit ein, dass durch die Konfrontation mit dem Medizinsystem und dessen eigener Sprache häufig verstärkt wird.

Wir, die Mitglieder der Frauenselbsthilfe nach Krebs, sind diesen Weg bereits gegangen. Vor dem Hintergrund der gesammelten Erfahrungen helfen wir Betroffenen, ihren persönlichen Weg im Umgang mit der Krankheit zu finden. Die Besonderheit unseres Angebotes liegt in der Kombination aus Information und sozialer Unterstützung.

1. Wir fangen auf nach dem Schock der Diagnose
2. Wir informieren über Hilfen zur Krankheitsbewältigung
3. Wir begleiten in ein Leben mit und nach Krebs

In diesem Jahr steht unsere Gruppenarbeit unter dem Thema: Selbsthilfe immer ein Gewinn - 35 Jahre Gruppe Borken

Wir treffen uns **mittwochs, 14-tägig von 14:30 - 17:00 Uhr** im großen Vortragsraum in der Familienbildungsstätte, Am Vennehof 1, 46325 Borken.

Ihre Ansprechpartner sind:

Inge Konopka, Leiterin der Gruppe, Tel.: 0 28 61 - 90 17 02
und ihre Stellvertreterin Monika Kessel, Tel.: 0 28 61 - 623 56.

[Kontaktaufnahme per E-Mail](#)

Ausgezeichnet!

Das Ev. Lukas-Krankenhaus Gronau erhält bereits zum 3. Mal in Folge die Auszeichnung als "Selbsthilfefreundliches Krankenhaus".



Selbsthilfefreundliches Krankenhaus bedeutet, dass die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und Krankenhaus besser vernetzt wird. Die Selbsthilfegruppen entwickeln in Zusammenarbeit mit dem Selbsthilfebeauftragten des





Über viele interessante und wichtige Themen haben wir in den vergangenen Newslettern bereits berichtet. Doch sicherlich gibt es noch viel mehr, worüber Sie etwas erfahren möchten oder denken, dass es ein passendes Thema für die SelbsthilfeNews ist. Oder möchten Sie Ihre Selbsthilfegruppe bzw. Ihren Gesprächskreis einmal vorstellen und/oder auf Veranstaltungen und besondere Aktivitäten der Gruppe hinweisen?

Melden Sie sich bei uns und gestalten Sie den Newsletter aktiv mit!

Themenlisten der Selbsthilfegruppen im Kreis Coesfeld und im Kreis Borken

A-Z

Damit Sie immer auf dem neuesten Stand sind, werden diesem Newsletter immer die aktuellen Themenlisten als pdf-Datei angehängt.

Hier finden Sie die Themenlisten für den Juni 2017!

Kreis Coesfeld
Kreis Borken

Download des Newsletters

Krankenhauses und der Selbsthilfe-Kontaktstelle Standards für den Umgang mit Selbsthilfegruppen im Krankenhaus.

Umfassende Informationen zum Handlungskonzept "Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsmerkmal" enthält die frisch aktualisierte [Materialserie zum Thema "Selbsthilfefreundlichkeit"](#).

Hier finden Sie eine [Übersicht der aktiven Gruppen im Lukas-Krankenhaus](#).

Die gemeinsame Reise geht weiter!



Auch in diesem Jahr findet wieder ein Bundestreffen für junge Selbsthilfe-Aktive und junge Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Selbsthilfe-Kontaktstellen statt:

3. bis 5. November 2017 im CJD Bonn Godesberg.
Anmeldeschluss ist der 15. Juni 2017!

Die dreitägige Zusammenkunft richtet sich an junge Menschen im Alter von 18 bis 35 Jahren, die gemeinsame Projekte und Visionen für die Junge Selbsthilfe in Deutschland entwickeln wollen.

Ein Planungsteam wird die inhaltliche Gestaltung übernehmen. Dafür werden Interessierte gesucht, die Lust haben, sich an der Moderation von Workshops und Kleingruppen sowie an der Vorbereitung des Programms zu beteiligen.

[Weitere Informationen und Anmeldung](#)

Neue Ernährungsbroschüre für ALS Patienten

Die Ernährung nimmt einen großen Stellenwert bei ALS (Amyotrophe Lateralsklerose) ein.

Am Anfang ist es nur die Veränderung des Stoffwechsels. Aber mit Fortschreiten der Krankheit kommen Schluckstörungen hinzu. Das Essen und Trinken wird dann beschwerlich. Es kommt zu Gewichtsverlust und die Muskelmasse wird abgebaut.



Eine passende Ernährung bedeutet für jeden ALS Patienten die Erhaltung der Lebensqualität.

Das kleine Ernährungsbüchlein des Vereins **Diagnose ALS was nun e.V.** soll Tipps und Informationen liefern und kann hier bestellt werden: vorstand@diagnose-als.de.

www.diagnose-als.de

LEBENSRIITTER bilden Spenderherz

Am **24. Juni um 12 Uhr** soll das größte Spenderherz aus Menschen auf dem Neumarkt in Köln gebildet werden, um so ein starkes Symbol für Organspende entstehen zu lassen.



Hier können Sie sich den Newsletter als PDF herunterladen.

[Download PDF](#)

Newsletter-Archiv



Hier können Sie sich alle Newsletter nochmal anschauen oder im Rahmen einer Volltextsuche, einzelne Themen, Gruppen, Neugründungen oder Veranstaltungen recherchieren.

[Hier geht es zum Archiv.](#)



Das Thema Organspende braucht mehr positive öffentliche Aufmerksamkeit. Die Skandale der letzten Jahre haben viele Menschen abgeschreckt und von dieser wichtigen Thematik entfernt. Dem wollen die LEBENSRIITER ein starkes Zeichen entgegenstellen.

[Mehr Infos zum Event](#)

Dieser Newsletter ist eine exklusive Leistung im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach §20h SGB V und wird gefördert von: BARMER, TK, DAK-Gesundheit, KKH und HEK - Koordination: vdek NRW.



Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken

Bahnhofstr. 23
48653 Coesfeld
Tel.: 0 25 41 | 926 02 22

Graf-Friedrich-Straße 24
46325 Borken
Tel.: 0 28 61 | 605 31 00

selbsthilfe-coesfeld-borken@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-coesfeld-borken.de