Selbsthilfe News Kreis Coesfeld/Kreis Borken

Aktuelle Themen

Eröffnung der Kontaktstelle in Coesfeld und Borken

Gruppengründung: Stimmenhörende Menschen

Gruppengründung: Begegnungen schaffen

Marco Tammen im Interview

Fortbildung zum Thema "Arzt-Selbsthilfe Kommunikation"

Schon mal vormerken!

Vielfalt ohne Alternative

Mach mit!

Themenlisten der Selbsthilfegruppen im Kreis Coesfeld und im Kreis Borken

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken

Ihre Ansprechpartnerinnen

Hallo,

der neue Newsletter ist fertig, und wir hoffen Ihnen auch mit dieser Ausgabe interessanten Lesestoff für die bereits begonnene Sommer- und Urlaubszeit bieten zu können.

Wir, das neue Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle, haben eine ereignisreiche Zeit hinter uns, mit der Einrichtung der neuen Räumlichkeiten und schließlich den Vorbereitungen für die Eröffnungsfeiern in Coesfeld und Borken. Hierzu berichten wir ausführlich und haben darüber hinaus Marco Tammen im Interview!

Besonders hinweisen möchten wir auf eine Fortbildungsveranstaltung in Coesfeld zum Thema "Arzt-Selbsthilfe Kommunikation". Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, ist eine frühzeitige Anmeldung wichtig.

Wir wünschen viel Spaß bei der Lektüre und erholsame Sommermonate!

Ihr Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle
Kreis Coesfeld/Kreis Borken

Eröffnung der Kontaktstelle in Coesfeld und Borken

Freitag, der 14. Juli 2017 – ein großer Tag für die neue Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken.

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

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

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

Schon mal vormerken!

"Depressionen vorbeugen"
so, lautet der Titel des diesjährigen Aktionsmonats, den der Sozialpsychiatrische Verbund im Kreis Borken im Oktober 2017 mit unterschiedlichen Aktionen und Veranstaltungen durchführen wird.

Weitere Informationen werden in Kürze auf der Homepage des Kreises Borken zu finden sein.

www.kreis-borken.de/spv

Vielfalt ohne Alternative

V.l.n.r.: Yvonne da Costa, Crisje Riewe Schaaf, Herbert Frings, Jens Brörken (alle Lebenshilfe), Vanessa Meis (sitzend, Nutzerin), Dr. Christian Schulze-Pellengahr (Landrat), Gerrit Tranel (stellvertr. Bürgermeister), Michaela Paulus (Lebenshilfe), Gabriele Markerth (Der Paritätische), Beate Kleine Bösing, Melanie Goreta, Hanna Heymann (alle Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen)

Die offizielle Eröffnung der Kontaktstelle wurde gefeiert, und das sogar in beiden Kreisen. Bereits am Vormittag herrschte großer Andrang in Coesfeld an der Bahnhofstraße. In einer symbolischen Geste wurde durch die offiziellen Vertreter, Frau Gabriele Markerth, Regionalgeschäftsführerin des Paritätischen NRW, Herrn Herbert Frings, Geschäftsführer Lebenshilfe NRW, Herrn Gerrit Tranel, stellv. Bürgermeister, und Landrat Dr. Christian Schulze Pellengahr ein Band durchschnitten zur Eröffnung der Kontaktstelle, die hier in Coesfeld in einer Bürogemeinschaft mit der Lebenshilfe tätig sein wird. Der stellv. Bürgermeister betonte allerdings, dass im Gegensatz zu dieser hier erfolgten Geste, vielmehr Verbindungen geschaffen werden sollen, um wirkungsvoll zu arbeiten. Auch der Landrat betonte dieses und wünschte für die Zukunft eine gute Zusammenarbeit, auch im Sinne der Selbsthilfe.

V.l.n.r.: Barbara Büscher (Ausschuss für Arbeit, Soziales und Gesundheit), Kreisdirektor Dr. Ansgar Hörster, Beate Kleine Bösing (Verwaltung), Gabriele Markerth (Der Paritätische), Hanna Heymann (Beratung Coesfeld), Melanie Goreta (Beratung Borken), Marco Tammen (Kontaktstelle)
Quelle: Borkener Zeitung, Kreisredaktion Borken, Josef Barnekamp

Am Nachmittag ging es direkt weiter nach Borken, um auch dort die Räumlichkeiten allen Interessierten zu zeigen. Für den Kreis Borken waren hier Herr Kreisdirektor Dr. Ansgar Hörster und Frau Barbara Büscher, Vorsitzende des Ausschusses für Arbeit, Soziales und Gesundheit, vertreten. Beide betonten in ihren Grußworten, dass nun bessere örtliche Erreichbarkeiten für die Selbsthilfegruppen und -interessierten im Kreis Borken gegeben sind. Auch die deutlich ausgeweiteten Sprechzeiten stellen eine wesentliche Verbesserung dar. Frau Gabriele Markerth nahm hier die Gelegenheit wahr und dankte Herrn Marco Tammen ganz besonders für die vielen Jahre

VIELFALT OHNE ALTERNATIVE

Fakten gegen Vorurteile!
Vorurteile sind vorgefasste Meinungen, die vor dem Prozess einer eigenen Urteilsbildung stehen und nicht selten ganze Gruppen ungerecht beurteilen und bewerten. Um mit Fakten gegen Vorurteile vorzugehen, hat der Paritätische Gesamtverband eine Internetseite ins Leben gerufen. Unter www.vielfalt-ohne-alternative.de werden Vorurteilen Fakten gegenüber gestellt, um für Diskussionen das nötige Rüstzeug zu haben.

Schon mal vormerken:
Zu dem Thema werden wir im November eine münsterlandweite Kooperationsveranstaltung mit der Selbsthilfeakademie anbieten.

Unser Argumentationstraining zum Umgang mit Diskriminierung und Ausgrenzung soll Teilnehmer/-innen aus Selbsthilfegruppen beim Umgang mit sogenannten „Stammtischparolen“ helfen.

Mehr dazu im nächsten Newsletter!

www.vielfalt-ohne-alternative.de

Mach mit!

intensiver Arbeit im bisherigen Selbsthilfe-Büro.

Wir, das Team der Selbsthilfe-Kotaktstelle haben uns sehr über die Anwesenheit der vielen Gäste gefreut. Wir bedanken uns bei allen für die herzlichen Wünsche zum offiziellen Start der Kontaktstelle und blicken auf einen Tag voller anregender Begegnungen und Gespräche mit Aktiven der Selbsthilfe, des Profisystems und Vertretern von Krankenkassen und Verwaltung zurück, die auf eine gute zukünftige Zusammenarbeit in der Region deuten lassen.

Gruppengründung: Stimmenhörende Menschen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken unterstützt die Neugründung einer Selbsthilfegruppe für stimmenhörende Menschen im Kreis Borken.

Nach heutigem Kenntnisstand sind ca. 13% aller Menschen davon betroffen, Stimmen zu hören. Hierbei handelt es sich um real gesprochene Worte, die außer ihnen selber niemand anderer wahrnimmt. Die Ursachen dieses Phänomens können sehr unterschiedlich sein. Für viele Menschen, die Stimmen hören, bedeutet dies eine erhebliche Verunsicherung und Beeinträchtigung der Lebensqualität. Hinzu kommt die Schwierigkeit, nicht über das Erlebte sprechen zu können, da damit häufig eine Ausgrenzung im sozialen Umfeld verbunden ist (Quelle: Flyer Netzwerk Stimmenhören e.V.).

In der Selbsthilfegruppe sollen Betroffene und Angehörige die Möglichkeit haben, ihre Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen zu können. Darüber hinaus soll über Medien und Informationsmaterial ein Einblick ins Thema gewonnen und eine Anbindung an bestehende Netzwerke fokussiert werden.

Interessierte können sich bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken melden.

Gruppengründung: Begegnungen schaffen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle unterstützt die Gründung einer Selbsthilfegruppe zum Thema: **"Begegnungen schaffen!"**

Im Vordergrund der Treffen sollen Gespräche, ein gegenseitiger Austausch und gemeinsame Freizeitaktivitäten stehen.

Fragen, wie: "*Wer bin ich?*", "*Was macht mich lebendig?*, "*Was unterscheidet mich von anderen?*", "*Habe ich Eigenschaften, auf die ich stolz bin?*", finden hier Raum und Aufmerksamkeit. Kreative Ansätze und Ideen sind herzlich willkommen!

Interessierte können sich bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken melden.

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

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 August 2017!

Kreis Coesfeld
Kreis Borken

Download des

Marco Tammen im Interview

Stabwechsel vor Ort - vom Selbsthilfe-Büro zur Selbsthilfe-Kontaktstelle - Marco Tammen gibt Aufgaben ab. Wir haben ihn dazu befragt:

Herr Tammen,
nachdem Sie nun viele Jahre, quasi als Einzelkämpfer, im Selbsthilfe-Büro die Selbsthilfeunterstützung in den Kreisen mit großem Engagement aufgebaut haben, geben Sie nun mit der offiziellen Eröffnung der Selbsthilfe-Kontaktstelle die Fortführung Ihrer Arbeit in die Hände neuer Kolleginnen und beschränken sich auf Ihre Arbeit für die Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster.

Wird Ihnen jetzt nicht etwas fehlen?
Auf jeden Fall! Ich habe die Begegnungen mit den Menschen hier immer als besonders herzlich und zugewandt empfunden. So haben sich viele intensive Kontakte entwickelt, die ich in Zukunft sicher nicht mehr so pflegen kann. Aber ich bin ja nicht aus der Welt und die Selbsthilfeszene in Coesfeld und Borken wird mir immer am Herzen liegen.

Wie füllen Sie die neu gewonnene Zeit? Gibt es neue Projekte?
Ich wohne in Münster und gerade Abendtermine waren immer mit viel Fahrerei verbunden. Da ich vor kurzem nochmal Vater geworden bin, weiß ich diese gewonnene Zeit momentan sehr zu schätzen. Ansonsten arbeite ich aber nicht weniger, nur die Zuständigkeiten haben sich verschoben, und ich freue mich darauf, jetzt in Münster aktiver werden zu können. Ein Projekt liegt mir aktuell besonders am Herzen: Selbsthilfe in die Lehre bringen! Also möglichst frühzeitig künftigen Akteuren im Gesundheits- und Sozialbereich von der Idee der Selbsthilfe erzählen - und das möglichst systematisiert und gemeinsam mit den unterschiedlichen Lehreinrichtungen.

Wird nun ein strikter Schlussstrich unter Ihre Arbeit hier in den Kreisen gezogen, oder stehen Sie den neuen Kolleginnen noch mit Rat und Tat zur Seite?
Einen Strich ziehe ich ganz sicher. Denn Selbsthilfeunterstützung ist Netzwerkarbeit und die neuen Kolleginnen brauchen Raum, um sich selbst einzubringen und die Dinge auf Ihre eigene Art anzugehen. Aber ich werde immer ansprechbar sein und gerade in der ersten Zeit die Arbeit noch begleiten.

Wir, das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle, bedanken uns bei Herrn Tammen für seine bisherige, engagierte Arbeit, auf die wir zukünftig aufbauen können und wünschen uns an dieser Stelle eine gute Zusammenarbeit mit allen, die in und an der Selbsthilfe mitwirken. Wir wünschen ihm für seine neuen Projekte alles Gute und viel Erfolg und freuen uns, dass er uns trotzdem als Kollege und Ansprechpartner weiterhin im Hintergrund erhalten bleibt.

Fortbildung zum Thema "Arzt-Selbsthilfe Kommunikation"

Newsletters

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.

In Zusammenarbeit mit der Kassenärztlichen Vereinigung (KVWL) und der Kooperationsberatungsstelle für Selbsthilfegruppen, Ärzte und Psychotherapeuten (KOSA) bietet die Selbsthilfe-Kontaktstelle eine gemeinsame Fortbildung an.

Ziel der Fortbildung ist es, Selbsthilfeinteressierte zu ermutigen, den Kontakt zu niedergelassenen Ärzten zu suchen und Kooperationen einzugehen, wenn sie gewünscht sind.

Ebenfalls sollen Sprecherinnen und Sprecher von Gruppen unterstützt werden, mit Ärzten leichter ins Gespräch zu kommen und zielorientierte Gespräche zu führen.

Folgende Fragen werden näher beleuchtet: Was ist Kommunikation? Wodurch können Gespräche positiv beeinflusst werden? Warum laufen manche Gespräche nicht so gut?
Über welche eigenen Stärken verfüge ich und wie kann ich sie einsetzen?

Termin: 22.September 2017 von 14.00 bis 18.00 Uhr
Die Teilnahme ist kostenfrei!

Ort:
Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken
Bahnhofstraße 23, 48653 Coesfeld

Zielgruppe:
Selbsthilfegruppensprecherinnen und Selbsthilfegruppensprecher

Referentin:
Doris Schlömann (KOSA)

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

© Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken