



**Zusammen  
sind wir stark!**

## Aktuelle Themen

Resümee zu den Chatrooms in Emsdetten, Ibbenbüren und Rheine

Ergebnisse der Befragung der Selbsthilfegruppen im Kreis Steinfurt der AOK NordWest auf einer Veranstaltung am FMO vorgestellt

„Stadt im Wandel – Gesunde Städte und Gemeinden von morgen“

3 Fragen an... Lisa Teupe, Schlaganfallgruppe Emsdetten

Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

Gruppengründungen

Termine

Fortbildungen

Referent gesucht... ?!

Selbsthilfe ist bunt!

**Netzwerk Selbsthilfe  
und Ehrenamt**

**Hallo,**

wir freuen uns, Ihnen heute unsere dritte SelbsthilfeNews-Ausgabe aus dem Kreis Steinfurt vorstellen zu können!

Schön, dass Sie unseren Newsletter abonniert haben! Auch in dieser Ausgabe informieren wir Sie über Neuigkeiten aus dem Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt, Interessantes aus den Selbsthilfegruppen sowie aktuelle Themen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich.

Sie können gerne in Ihrer Selbsthilfegruppe, bei Ihren Freunden und Bekannten oder bei Ihren Kolleginnen und Kollegen für unseren Newsletter Werbung machen. Eine Anmeldung ist mit Name und E-Mail-Adresse jederzeit auf der Seite [www.selbsthilfe-news.de](http://www.selbsthilfe-news.de) möglich. Dann nur noch den zugeschickten Link bestätigen, und fertig ist die Anmeldung.

In dieser Ausgabe ziehen wir ein erstes Resümee unseres Chatroom-Projekts, wir schauen zurück auf die Veranstaltung der AOK am Flughafen Münster-Osnabrück und wir informieren über die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB).

**Viel Spaß beim Lesen wünscht  
Ihr Team vom Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt!**

## Resümee zu den Chatrooms in Emsdetten, Ibbenbüren und Rheine



Inzwischen hat unser Projekt „Chatroom – Selbsthilfe erleben“ an drei ganz unterschiedlichen Orten Station gemacht. Wir waren Ende April zu Gast auf dem Markt in Emsdetten, Mitte Juni auf der Fußgängerzone in Ibbenbüren und im Juli im

Foyer des Mathias-Spitals in Rheine. An allen drei Orten konnte man „Selbsthilfe erleben“: Menschen aus unterschiedlichen



**Ihre Ansprechpartner/innen**  
(v. l. n. r.): Ute Silwedel, Julia Gakstatter, Holger Lange

### Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt

Rathauspassage 3  
48282 Emsdetten

Tel.: 0 25 72 | 96 01 684

Fax: 0 25 72 | 96 01 685

E-Mail: [netzwerksteinfurt@paritaet-nrw.org](mailto:netzwerksteinfurt@paritaet-nrw.org)

### Sprechzeiten:

Dienstag 10:00 - 12:00 Uhr  
14:00 - 16:00 Uhr

Mittwoch 10:00 - 12:00 Uhr  
14:00 - 16:00 Uhr

Donnerstag 12:00 - 18:00 Uhr

Freitag 10:00 - 12:00 Uhr  
und nach Vereinbarung.

[Zur Internetseite](#)

## Termine



### Gesamttreffen am 31.08.17

Wir laden alle Ansprechpartner/-innen von Selbsthilfegruppen aus dem Kreis Steinfurt herzlich zu unserem nächsten Gesamttreffen am Donnerstag, den 31. August um 18 Uhr in Stroetmanns Fabrik, Friedrichstr.2 nach Emsdetten ein.

### Fortbildung für medizinische Fachangestellte am 27.09.17

In Kooperation mit der KOSA (Kooperationsstelle für Selbsthilfegruppen, Ärzte und Psychotherapeuten der Kassenärztlichen Vereinigung Westfalen-Lippe) bieten wir am Mittwoch, den 27.09.17 von 14-

Selbsthilfegruppen kamen miteinander ins Gespräch, haben ihre Perspektiven auf das jeweilige Thema ausgetauscht und sich vernetzt. Passant/-innen oder im Krankenhaus auch Patient/-innen und Angehörige haben sich vereinzelt dazu gesetzt, haben sich das aber eher selten getraut. Dennoch, oder gerade deshalb, hatten wir viele Gespräche an unserem Infostand. Die Menschen wollten wissen: „Was macht Ihr denn da?“ oder „Was ist denn ein Chatroom?“. Außerdem haben wir viele Fragen rund um die Möglichkeiten von Selbsthilfe und über die Angebote vor Ort beantwortet. Wir haben einiges an Infomaterialien und Flyern verteilt und viele haben sich über unsere Rosen gefreut, die oft Anlass für einen Einstieg ins Gespräch waren.

Die Öffentlichkeitsarbeit im Radio, aber vor allem auch in den Zeitungen hat dem Thema Selbsthilfe sehr viel Aufmerksamkeit beschert und genau das haben wir uns auch im Jahr unseres Jubiläums gewünscht! Unser „Wohnzimmer“ (von innen sieht der Pavillon ein bisschen so aus) bleibt uns erhalten – vielleicht wird es als Chatroom auch an anderen Orten noch mal zum Einsatz kommen und ansonsten dient es uns bestimmt noch das ein oder andere Mal als Stand auf einer Veranstaltung.

Wir sind zufrieden mit den Erfahrungen aus dem Projekt und freuen uns auf eine Auswertung, gemeinsam mit den Selbsthilfegruppen, im Rahmen unseres nächsten Gesamttreffens.

[Weitere Informationen](#)

## Ergebnisse der Befragung der Selbsthilfegruppen im Kreis Steinfurt der AOK NordWest auf einer Veranstaltung am FMO vorgestellt



Rund 90 Vertreter und Vertreterinnen aus den Selbsthilfegruppen im Kreis Steinfurt waren im Juni der Einladung der AOK NordWest gefolgt und erwarteten mit großem Interesse die Ausführungen der Referentin Annette Jandaurek. Diese stellte die Ergebnisse der Befragung der Selbsthilfegruppen aus vier Themengebieten vor. Anschließend gab es die Gelegenheit, zu den Themen Politik mit Maria Klein-Schmeink, gesundheitspolitische Sprecherin bei den Grünen (MdB), Krankenkassenförderung mit Annette Jandaurek (AOK), Vernetzung der Selbsthilfe untereinander mit Gerlinde Sandkötter (ehrenamtliche Mitarbeiterin des Netzwerks Selbsthilfe und Ehrenamt) sowie zur professionellen Selbsthilfeunterstützung mit Julia Gakstatter und Ute Silwedel vom Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt zu sprechen.

In den lebhaften Gesprächen wurden verschiedene Anliegen der Selbsthilfe wie z.B. die Auswirkungen von Rabattverträgen, die (Un-)Abhängigkeit von der Pharmaindustrie, aber auch die Hausarztversorgung auf dem Land diskutiert. Darüber hinaus gab es Fragen zu Referent/-innen (siehe auch Kasten auf der linken Seite) und zu Austauschmöglichkeiten der Selbsthilfegruppen

18 Uhr einen Workshop für medizinische Fachangestellte in Stroetmanns Fabrik in Emsdetten an.

[Weitere Informationen](#)

## Fortbildungen

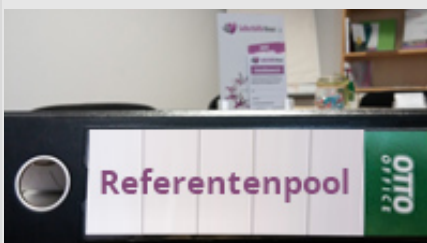


Die Fortbildungstermine und -themen für das 2. Halbjahr werden beim nächsten Gesamttreffen vorgestellt.

Wir haben auch im nächsten Halbjahr wieder gute Referent/-innen und spannende Themen gefunden.

Wie immer werden die Fortbildungen auch auf unserer [Homepage](#) veröffentlicht.

## Referent gesucht... ?!



Immer wieder erreichen uns Nachfragen von Gruppen, die zu bestimmten Themen geeignete Referenten suchen.

Hier besteht die Möglichkeit, auf den **Referentenpool des Netzwerks** zurückzugreifen. Selbsthilfegruppen geben Rückmeldungen zu guten Experten und stellen ihre Erfahrungen anderen Selbsthilfegruppen zur Verfügung.

Zusätzlich können die Gruppen auf den Gesamttreffen diesen Ordner ergänzen oder sich dort direkt informieren.

untereinander.



Die Veranstaltung endete für die Interessierten nach einem gemeinsamen Mittagessen mit einer Flughafenführung.

## „Stadt im Wandel – Gesunde Städte und Gemeinden von morgen“



*Die Koordinatorinnen des Gesunde Städte-Netzwerks in Rheine (v.l. Anne Leiwering-Muldbücker, Ulrike Meier (beide EWG) und Ute Silwedel (Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt) haben über die Aktivitäten in Rheine berichtet und wurden als neues Mitglied offiziell begrüßt.  
Foto: Jens Hannawald*

**Rheine offiziell als neues Mitglied beim Fachsymposium des Gesunde Städte-Netzwerks in Hamburg vorgestellt.**

Die EWG - Entwicklungs- und Wirtschaftsförderungsgesellschaft für Rheine mbH übernimmt eine Koordinierungsfunktion für das Gesunde Städte-Netzwerk in Rheine und ist gemeinsam mit dem Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt im Kreis Steinfurt bei der diesjährigen bundesweiten Mitgliederversammlung offiziell begrüßt und vorgestellt worden.

Im Rahmen der Mitgliederversammlung in Hamburg und des sich unmittelbar anschließenden Fachsymposiums „Stadt im Wandel – Gesunde Städte und Gemeinden von morgen“ wurden neue Ansätze vorgestellt, verschiedene Beteiligungsformen diskutiert und ein intensiver Erfahrungsaustausch unter den Kommunen forciert.

Bei der mit Spannung erwarteten kommunalpolitischen Runde diskutierten fünf Kommunalpolitiker mit den über 200 Tagungsteilnehmer/-innen über die Herausforderungen und Perspektiven für die Gesundheitsförderung angesichts der gesellschaftlichen "Megatrends" wie Individualisierung der Lebensentwürfe, Digitalisierung aller Lebensbereiche oder aber auch die hausärztliche Versorgung als zukünftige Herausforderung. Wer ermöglicht heute "soziale Wärme", Sicherheit, gegenseitige Hilfe in allen Lebenslagen insbesondere der Kinder, Jugendlichen und Menschen im hohen Alter? Wie können Gesundheitsleistungen gerecht organisiert und erbracht werden? Die Städte und Gemeinden sind ein, wenn nicht das entscheidende Handlungsfeld, für neue Wege in der Gesundheitsförderung und Verhältnisprävention.

Gesundheitsrelevante Themen werden demnach stärker denn je zur Querschnittsaufgabe in Bezug auf die künftige Entwicklung von Städten und Gemeinden, unabhängig davon, ob es sich um kleine oder große Kommunen handelt. In nach Themen sortierten Workshops wurde ein Blick über den Tellerrand ermöglicht, Praxiserfahrungen untereinander ausgetauscht und interessante Ansätze für Rheine identifiziert.



## Selbsthilfe ist bunt!



Wir möchten gerne in jeder Ausgabe auch Interessantes aus den Gruppen berichten.

### **Machen Sie mit!**

Was würden Sie gerne hier lesen? Haben Sie Ideen für passende Themen, möchten Sie Ihre Gruppe vorstellen oder über anstehende Veranstaltungen informieren?

**Melden Sie sich bei uns und gestalten Sie unseren Newsletter aktiv mit!**

## Download des Newsletters



Hier können Sie sich den Newsletter als PDF herunterladen.

[Download des Newsletter](#)

## Newsletter-Archiv



Hier können Sie sich alle Newsletter nochmal anschauen oder im Rahmen einer Volltextsuche, einzelne Themen,

## 3 Fragen an... Lisa Teupe, Schlaganfallgruppe Emsdetten

Die Emsdettener Gruppe für Schlaganfallbetroffene gibt es jetzt schon im vierten Jahr. Die Treffen finden jeden letzten Dienstag im Monat um 16 Uhr im Gemeindezentrum Arche statt. Einige Teilnehmer/-innen sind seit dem ersten Treffen dabei und zwischendurch sind immer mal wieder welche dazu gekommen. Im Moment sind es insgesamt 12 Personen, die regelmäßig kommen. Der Jüngste ist 41 und die Älteste 79 Jahre alt. Angehörige sind nur dann dabei, wenn der Betroffene Unterstützung braucht.

Wir sprachen mit der Initiatorin Lisa Teupe über ihre Erfahrungen mit der Selbsthilfegruppe.



### **Wie und wann sind Sie zur Selbsthilfe gekommen?**

*Ich war vor ein paar Jahren bei einem Familientreffen. Das Gelände war sehr uneben und so kurz nach dem Schlaganfall hatte ich große Schwierigkeiten mit dem Gehen. Niemand hatte so richtig Zeit für mich und konnte mir helfen. Auch sprachlich war ich noch nicht wieder so richtig fit. Mein Schwager hat das bemerkt und hat mir empfohlen, eine Selbsthilfegruppe zu suchen und mich an das Netzwerk zu wenden. Er hatte schon gute Erfahrungen mit Selbsthilfe gemacht. Es ist eben ein Unterschied, ob man sich mit Familie/Freunden oder mit anderen Betroffenen austauscht. Das Netzwerk hat mir dann angeboten, mich bei einer Gruppengründung zu unterstützen.*

### **Welche Rolle spielt die Selbsthilfe für Sie persönlich?**

*[denkt kurz nach...] Kürzlich habe ich meiner Schwiegermutter gesagt, dass ich zu ihrem Geburtstag erst später kommen kann, weil an dem Tag unser Gruppentreffen stattfand. Daran habe ich gemerkt, wie wichtig mir die Gruppe ist – ich wollte auf jeden Fall dabei sein.*

### **Gibt es ein besonderes Erlebnis aus der Selbsthilfearbeit, das Ihnen in Erinnerung geblieben ist?**

*Ich erinnere mich daran, dass am Anfang nur ein Mann in der Gruppe war. Er wollte leider nicht mehr kommen, was wir sehr schade fanden. Als dann ein weiterer Mann dazu kam, bin ich noch mal bei ihm persönlich vorbeigefahren und habe ihm gesagt, dass er jetzt männliche Verstärkung hätte. Er kam tatsächlich wieder und ist bis heute dabei geblieben. Inzwischen sind wir fast gleich viele Männer wie Frauen.*

## Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)



Zum 16.12.2016 ist das Bundesteilhabegesetz in Kraft getreten und zum 01.01.2018 sollen landesweit ergänzende unabhängige Teilhabeberatungsstellen (EUTB) als niedrighschwelliges Angebot eingerichtet werden (§ 32 SGB IX).

Die Beratung von Betroffenen für Betroffene wird dabei besondere Berücksichtigung finden. Einige Selbsthilfeorganisationen bieten schon lange solche "Peer Counseling-Ansätze" an. Auch hier im Kreis Steinfurt gibt es bereits entsprechende Angebote, wie z.B. die Lotsen für Menschen mit Behinderung oder Beratungsangebote für blinde und sehbehinderte Menschen, an verschiedenen Orten im Kreis oder auch zum Thema Multiple Sklerose - jeweils von Betroffenen für Betroffene.

Ende Juli fand mit einigen interessierten Selbsthilfegruppen ein Informationsabend in Emsdetten statt, bei dem wir über die wichtigsten Inhalte und eine mögliche Rolle der Selbsthilfegruppen gesprochen haben. Eine Entscheidung über entsprechende Anträge aus dem Kreis Steinfurt wird wahrscheinlich erst in den letzten Wochen des Jahres fallen.

[www.gemeinsam-einfach-machen.de](http://www.gemeinsam-einfach-machen.de)

## Gruppengründungen

**Neue Gruppen sind zu folgenden Themen geplant:**

**Freizeitgruppe**  
für Frauen in Mesum, das erste Treffen findet am Mittwoch, den 30.08. um 18 Uhr statt.

**Adipositas**  
in Steinfurt, die Gründung findet am Montag, den 04.09. um 19 Uhr statt.

**Borderline**  
in Ibbenbüren, die Gründung findet am Donnerstag, den 14.09. um 19 Uhr statt.

**Menschen mit Schwierigkeiten im Sozialleben**  
(18-35 Jahre) in Emsdetten, die Gründung findet am Mittwoch, den 30.08. um 19 Uhr statt.

**Trennung**  
in Emsdetten (aufgrund der hohen Nachfrage, wird eine zweite Gruppe zum Thema Trennung gegründet), die Gründung findet am Donnerstag, den 24.08. um 19 Uhr statt.

**Wir suchen noch Interessierte für folgende Themen:**

- Pflegeeltern in Greven
- Alleinstehende Witwen/Witwer in Emsdetten
- erworbene Hirnschädigungen (18-40 Jahre) in Ibbenbüren

**Gerade frisch gegründet:**

In Emsdetten hat sich eine Gruppe zum Thema Trennung gegründet – wir wünschen der neuen Gruppe alles Gute!



**Gruppe auf Facebook:**

Auf Facebook hat sich eine Gruppe für Alleinerziehende aus Rheine und Umgebung gegründet – weitere Informationen gibt es [hier](#).

[Weitere Informationen](#)

Dieser Newsletter wurde an {EMAIL[STD:]} gesendet. 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. Diese E-Mail wird Ihnen ausschließlich mit Ihrem Einverständnis zugesandt. Wollen Sie diesen Newsletter in Zukunft nicht mehr erhalten, klicken Sie bitte [hier](#).

**Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt**

Rathauspassage 3 | 48282 Emsdetten

Tel.: 0 25 72 | 96 01 684

Fax: 0 25 72 | 96 01 685

[netzwerk-steinfurt@paritaet-nrw.org](mailto:netzwerk-steinfurt@paritaet-nrw.org)

[www.netzwerkselfhilfeundehrenamt.de](http://www.netzwerkselfhilfeundehrenamt.de)