



Aktuelle Themen

Rückblick: Erstes Gesamttreffen im Kreis Coesfeld

Gruppengründung: Treffpunkt für Menschen in besonderen Lebenslagen

Ausgezeichnet: Verein GroßeFreiheit e.V.

Gruppengründung: Wohnprojekt

Vorgestellt: Blinden- und Sehbehindertenverein

Bundestreffen Junge Selbsthilfe

Schon mal vormerken!

Fördergelder für Selbsthilfegruppen

Mach mit!

Themenlisten der Selbsthilfegruppen im Kreis Coesfeld und im Kreis Borken

**Selbsthilfe-
Kontaktstelle Kreis
Coesfeld/Kreis Borken**

Hallo,

bald ist es wieder soweit. Die Zeit bis zum Weihnachtsfest und Jahreswechsel schreitet in großen Schritten voran. Sich in diesen Wochen Zeit zu nehmen, um die vorweihnachtliche Stimmung bewusst zu genießen, ist gar nicht so einfach. Vieles gibt es am Ende des Jahres noch zu tun und wichtige Dinge sollen noch zum Abschluss gebracht werden. Wir wünschen daher allen Leserinnen und Lesern ein gutes Bewusstsein für sich selbst und wortwörtlich eine "besinnliche" Advents- und Weihnachtszeit und alles Gute für das Jahr 2018.

Mit der letzten Ausgabe für das Jahr 2017 möchten wir uns bei allen bedanken, die sich mit vielen wichtigen Beiträgen an den SelbsthilfeNews beteiligt haben!

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

Rückblick: Erstes Gesamttreffen im Kreis Coesfeld



Angeregter Austausch beim Gesamttreffen
(Foto: Quellenangabe AZ Coesfeld)

Zum Treffen aller Selbsthilfegruppen aus dem Kreis Coesfeld hatte die Selbsthilfe-Kontaktstelle am 16.11.2017 erstmalig eingeladen. In der Vergangenheit wurde von den Selbsthilfegruppensprecherinnen und -sprechern immer wieder der Wunsch nach mehr Vernetzung geäußert.



Ihre Ansprechpartnerinnen

(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!

Termine



Gesamttreffen der
Selbsthilfegruppen im Kreis
Borken

Das nächste Gesamttreffen der
Selbsthilfegruppen aus dem

Diesem Wunsch ist die Kontaktstelle mit dem Gesamttreffen gerne nachgekommen. Insgesamt trafen sich 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus 12 Gruppen in den Räumen der neuen Selbsthilfe-Kontaktstelle an der Bahnhofstraße 23.

Die Fachberaterinnen, Hannelore Heymann und Melanie Goreta, stellten sich und die Kontaktstelle mit ihren jeweiligen Aufgaben vor. Viel Zuspruch fand der neue Gruppenraum, der auch von den Selbsthilfegruppen für ihre Gruppentreffen genutzt werden kann.

Nach der Vorstellung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, schloss sich eine Kleingruppenarbeit zum Thema „Wünsche und Erwartungen an die Kontaktstelle“ an. Die Ergebnisse sowie Vorschläge für die zukünftige Zusammenarbeit wurden anschließend im Plenum präsentiert und diskutiert.

Wir, das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken bedanken uns bei allen Gästen für die engagierten und konstruktiven Beiträge und für die lebhafteste Diskussion. Die Anregungen und Wünsche nehmen wir gerne für unsere zukünftige Arbeit auf!

Gruppengründung: Treffpunkt für Menschen in besonderen Lebenslagen



Die Selbsthilfe-/Kontaktstelle Kreis Coesfeld/Kreis Borken unterstützt die Neugründung einer Selbsthilfegruppe für Menschen in besonderen Lebenslagen.

Durch Schicksalsschläge kann jeder Mensch im Laufe seines Lebens ins Ungleichgewicht kommen.

Durch schwerwiegende Ereignisse ist es nicht selten, dass man dann „zur Flasche“ oder anderen Suchtmitteln greift, um das Problem damit vermeintlich lösen zu können. Hierdurch kann es zu einer drogeninduzierten Psychose kommen, die wieder Auswirkung auf die sozialen Beziehungen hat. Da hilft nicht nur das Gespräch mit anderen Betroffenen bzw. Gleichgesinnten, sondern auch das gemeinsame Tun, insbesondere durch körperliche Aktivität in der Gruppe.

Das Angebot richtet sich an alle Betroffenen zwischen 18 und 35 Jahren.

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

Ausgezeichnet: Verein GroßeFreiheit e.V.

Kreis Borken findet statt am:

**Dienstag, 20. März 2018
ab 17.30 Uhr**

im Kreishaus Borken
Burloer Str. 93, 46325 Borken

Eine schriftliche Einladung an alle Gruppen wird vorab noch erfolgen.

Fördergelder für Selbsthilfegruppen



Selbsthilfegruppen können in diesem Jahr noch Fördergelder für ihre Projekte beantragen.

"Das Budget ist noch nicht ausgeschöpft", so Matthias Meier, Regionalgeschäftsführer der IKK classic. "Deshalb sollten die Selbsthilfegruppen die Chance nutzen und entsprechende Anträge stellen. Für 2017 haben wir noch ausreichende Fördermöglichkeiten."

Förderfähig sind beispielsweise Seminare, Vorträge oder neue Broschüren, die z.B. über eine Krankheit informieren.

Projektanträge können noch bis Ende des Jahres gestellt werden. Die aktuellen Antragsunterlagen und weitere Informationen zur Selbsthilfegruppenförderung finden Sie unter dem Reiter „Selbsthilfegruppen“ auf

www.gkv-selbsthilfefaerderung-nrw.de

Mach mit!

Zum Projekt des Monats November wurde der Verein GroßeFreiheit e.V. aus Gescher durch die Drogenbeauftragte der Bundesregierung ausgezeichnet.

GrÖße
Freiheit



Seit 2011 ist der Verein GroßeFreiheit e.V. fester Bestandteil der Suchtkrankenhilfe. Ziel des Vereins ist es Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die in suchtmittel-belasteten Familien aufwachsen und sich zu Hause und / oder in

der Schule durchschlagen müssen, stark zu machen. Dabei setzt der Verein auf aktive und kreative Theater- und Präventionsarbeit. Kinder und Jugendliche sollen für das Thema Sucht sensibilisiert werden. Durch die Theaterarbeit sollen Kinder und Jugendliche die mittelbar oder unmittelbar betroffen sind, eine Ausdrucks- und Bewältigungsmöglichkeit erhalten. Das aktuelle Theaterstück MACHTLOS beschäftigt sich daher auch mit dem Thema Suchterkrankungen im Elternhaus.

Der Verein sucht aktuell auch Kinder zur Mitgestaltung des neuen Theaterstückes „Resilienzen“ in 2017 und 2018. Zum Spielen des aktuellen Stückes MACHTLOS im neuen Jahr u.a. in Stadtlöhn, Coesfeld und Ohrdruf / Thüringen können sich interessierte Kinder und Jugendliche ebenfalls noch einbringen. Die kürzlich stattgefunden Aufführung auf dem Weihnachtsmarkt in Gescher am 02. und 03. Dezember stieß auf große Resonanz seitens der Zuschauer.

Das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle gratuliert herzlich zur Auszeichnung!

Der Verein sucht regelmäßig Mitstreiter, die Interesse haben sich in der Theater- und Präventionsarbeit mit Kindern und Jugendlichen zu engagieren und den Verein zu unterstützen. Weitere Informationen zur Arbeit des Vereins erhalten Sie über die Homepage über folgenden Link: www.grosse-freiheit-gescher.de und auf Facebook unter Große Freiheit e.V.

[Zur Auszeichnung gelangen sie hier.](#)

Gruppengründung: Wohnprojekt



Die Selbsthilfe-Kontaktstelle unterstützt die Gründung eines Stammtisches für Singles und Paare über 50 Jahre, die zusammen mit Gleichgesinnten unter einem Dach wohnen und im Alter selbstbestimmt leben wollen.

Ideen, Ziele und Wohnkonzepte sollen

während der Stammtischtreffen gemeinsam entwickelt werden. In diesem Wohnprojekt könnten Menschen unter einem Dach leben, jeder in seiner eigenen Wohnung und mit eigener Haushaltsführung. Dazu soll es separate Räume für gemeinsame Aktivitäten geben.

Dieses Wohnprojekt könnte im sozialen Wohnungsbau oder in



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 Dezember 2017!

Kreis Coesfeld
Kreis Borken

Download des

vorhandenen Mietwohnungen entstehen. Der individuelle Freiraum soll dabei genauso wichtig sein, wie das Leben in der Gemeinschaft.

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

Vorgestellt: Blinden- und Sehbehindertenverein

Der Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen e.V. / Bezirksgruppe Coesfeld-Ahaus stellt sich vor:



Unsere Bezirksgruppe besteht bereits seit 1930.

Zuerst war sie als Blindenverein Anlaufstelle für Vollblinde, später kamen dann auch Sehbehinderte mit einem Sehvermögen bis zu 30% hinzu. Der Wirkungsbereich der Bezirksgruppe umfasst ein großes Gebiet – von Gronau bis Olfen. Zurzeit zählen wir 35 Mitglieder.

Neben den Geburtsblinden gibt es sehr viele Formen und Ursachen von Sehschädigungen. Unser Sehen kann sich aufgrund eines Unfalls verschlechtern. Auch nehmen in einer immer älter werdenden Gesellschaft die altersbedingten Erkrankungen des Auges zu. Nach Schätzungen von Augenärzten leben in Deutschland etwa sieben bis zehn Millionen Menschen mit einer gravierenden Augendiagnose und müssen in absehbarer Zeit mit dem Verlust ihrer Sehkraft rechnen. Die Mitglieder des Blinden- und Sehbehindertenvereins Coesfeld-Ahaus wissen das aus eigener Erfahrung.

Wie kann diesen Menschen geholfen werden?

Qualifizierte, ehrenamtliche Berater/innen können ihnen und ihren Angehörigen mit Rat und Tat zur Seite stehen. Fragen, die sich aus der Sehbehinderung ergeben, werden in vertrauensvollen Gesprächen beantwortet.



Unsere Bezirksgruppe bietet folgende Sprechstunden an:

jeden ersten Dienstag im Monat 10.30 – 12.30 Uhr
in der Selbsthilfe – Kontaktstelle Coesfeld, Bahnhofstraße 23

jeden letzten Montag im Monat 10.00 – 12.00 Uhr
in der Overbergpassage Dülmen

Beraterin: **Ingrid Hams, T.: 02594/7970141**

Des Weiteren finden monatliche Stammtisch-Treffen in Coesfeld und Dülmen statt, zu denen auch Nichtmitglieder herzlich eingeladen

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.](#)

sind. Ein Stammtisch in Gronau befindet sich in Vorbereitung. Die kooperative Zusammenarbeit mit allen Selbsthilfe-Interessierten ist in unserem besonderen Interesse.

Und natürlich pflegen wir auch das gesellige Beisammensein bei Ausflügen und Festen. Das Bild zeigt Teilnehmer unserer Gruppe beim diesjährigen Ausflug zum Freilichtmuseum Mühlenhof Münster.

Ansprechpartner: **Raimund Kramps, 1. Vorsitzender T.: 02542/6615**

Bundestreffen Junge Selbsthilfe



Bundestreffen Junge Selbsthilfe 2017 in Nordwalde

Unter dem Motto *"It's a kind of magic!"* trafen sich Anfang November 2017 junge Selbsthilfeaktive aus dem gesamten Bundesgebiet in Nordwalde im Münsterland. 67 Aktive zwischen 18 und 35 Jahren aus ganz Deutschland berichteten über die Erfahrungen in ihren Selbsthilfegruppen und schmiedeten gemeinsame Pläne für die Zukunft. An diesem Wochenende ging es vor allem darum Visionen für ein stärker vernetztes Vorgehen, mehr öffentliche Wahrnehmung und Formen der Zusammenarbeit zu entwickeln. Auch die Gründung regionaler Arbeitskreise Junge Selbsthilfe und das Bilden eines deutschlandweiten Netzwerks sollen als Ziele zukünftig verfolgt werden. Darüber hinaus wurde weiterhin zum gemeinsamen Dialog zwischen den Generationen in der Selbsthilfe aufgerufen.

Das Treffen beeindruckte durch die große Offenheit und Akzeptanz, mit der die Teilnehmenden aufeinander eingingen. *„Obwohl ich die anderen gar nicht kannte, fühlt sich das hier an, als sei ich nach Hause gekommen. Hier herrscht irgendwie Magie.“*, so brachte es einer der Teilnehmenden auf den Punkt. Die dreitägige Veranstaltung wurde von der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) in Zusammenarbeit mit einem jungen Team realisiert. Das Treffen wurde vom AOK-Bundesverband im Rahmen der Selbsthilfeförderung gefördert.

www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de

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

