



kiss

Verbindet Menschen

Kontakt-, Informations- &
Beratungsstelle für
Selbsthilfegruppen Schwerin e. V.



Gesetzliche Grundlagen der Selbsthilfeunterstützung

- Grundgesetz Artikel 1, Abs. 1
- Verfassung des Landes MV Artikel 17a, Artikel 19, Abs. 1
- SGB VI - Gesetzliche Rentenversicherung, § 31 Abs. 1, Satz 1, Nr. 5
- SGB V – ARGE Selbsthilfeförderung MV, § 20h SGB V, Fassung vom 20. August 2018
- Gesetz zur Sicherung der Eingliederung Schwerbehinderter in Arbeit, Beruf, Gesellschaft (Schwerbehindertengesetz -SchwbG)
- Richtlinie für die Gewährung von Zuwendungen an Träger von Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfe, Verwaltungsvorschrift des Ministeriums für Wirtschaft, Arbeit und Gesundheit vom 12. Dezember 2018



Grundsätze der Selbsthilfe

- **Freiwilligkeit**
- **Eigenverantwortlichkeit / Selbstbestimmung**
- **Gleichberechtigung**
- **Diskretion / Vertraulichkeit**
- **Toleranz**
- **Wertschätzung**
- **nicht gewinnorientiert**



Leitbild

Wir, die Selbsthilfekontaktstellen in MV, ...

- ... **verankern** Selbsthilfe im Gemeinwesen für jeden zugänglich und flächendeckend.
- ... **ermöglichen** Bürgerinnen und Bürgern, Selbsthilfegruppen als Chance für den eigenverantwortlichen Umgang mit ihren Lebenssituationen zu nutzen.
- ... **verfügen** über umfassende Kenntnisse zu regionalen Hilfs- und Unterstützungsangeboten.
- ... **informieren, beraten und vermitteln** themenübergreifend.
- ... **sichern** Professionalität und Transparenz unserer Arbeit durch Weiterbildung, Erfahrungsaustausch und kontinuierliche Qualitätsentwicklung.



Was heißt Selbsthilfe?

Selbsthilfe ist kein Ersatz
für soziale und therapeutische Leistungen!



**HILFE FÜR
SELBSTHILFE!**

Selbsthilfe ist...

- Austausch mit Menschen in ähnlicher Lage
- Gegenseitige, freiwillige und selbstorganisierte Hilfe
- Partnerschaftliche Gruppenarbeit ohne
professionelle Leitung

Selbsthilfe bietet

- **Verständnis, Information, vielfältige Erfahrungen, Alternativen, Gemeinsamkeiten**
- **Kontakte, Mut, Kraft und Hoffnung**
- **Anonymität**



KISS e.V.

Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen

- Gegründet 1991 durch Frau Dr. von Appen
- 37 Vereinsmitglieder
- Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband, Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (DAG SHG), Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfekontaktstellen MV e.V.
- zwei Mitarbeiterinnen
- Vier öffentliche Geldgeber für Geschäftsstelle und Projekte
- Vermittlung in ca. 160 Selbsthilfegruppen in Schwerin und Umland
- Täglich ca. 10 Beratungen rund um Selbsthilfe

www.kiss-sn.de

www.selbsthilfe-mv.de



Was heißt KISS?

Kontaktstelle

- Was für Selbsthilfegruppen gibt es?
- Wie komme ich in eine Selbsthilfegruppe?
- Wo finde ich die Selbsthilfegruppe?

Informationsstelle

- Was ist eine Selbsthilfegruppe?
- Wie gründe ich eine neue Selbsthilfegruppe?
- Wo erhalte ich weitere Informationen?

Beratungsstelle

- Wie funktioniert eine Selbsthilfegruppe?
- Wie leite ich eine Selbsthilfegruppe?
- Wie kann ich Mittel beantragen?



Angebote vor Ort

- Räume: Büro (Datensicherheit), Beratungs- / Gruppenräume
- Niederschwelliger Zugang durch:
 - kundenorientierte Öffnungszeiten
 - zentrale Lage / gute Erreichbarkeit
 - Telefon (AB), Fax, E-Mail, Internet
- Personal mit qualifiziertem Abschluss und Zusatzqualifikationen sowie sozialer Kompetenz



Basisaufgaben

- regelmäßige Beratungs- und Informationsleistungen
- Unterstützung und Beratung bestehender und neu zu gründender Selbsthilfegruppen
- Kooperation und Zusammenarbeit mit Fachleuten, Ämtern, Vereinen, Verbänden, Verwaltungen
- Krisenintervention in Selbsthilfegruppen nach Bedarf
- Organisation von Veranstaltungen, Vorträgen, Weiterbildungen
- Dokumentation
- Öffentlichkeitsarbeit



Selbsthilfespezifische Aufgaben

- Gruppengründung und -begleitung
- Gesamttreffen aller SHG vor Ort
- Seminare, Fortbildungen für SHGen
- Selbsthilfetage
- Stammtische



Öffentlichkeitsarbeit

Allgemein:

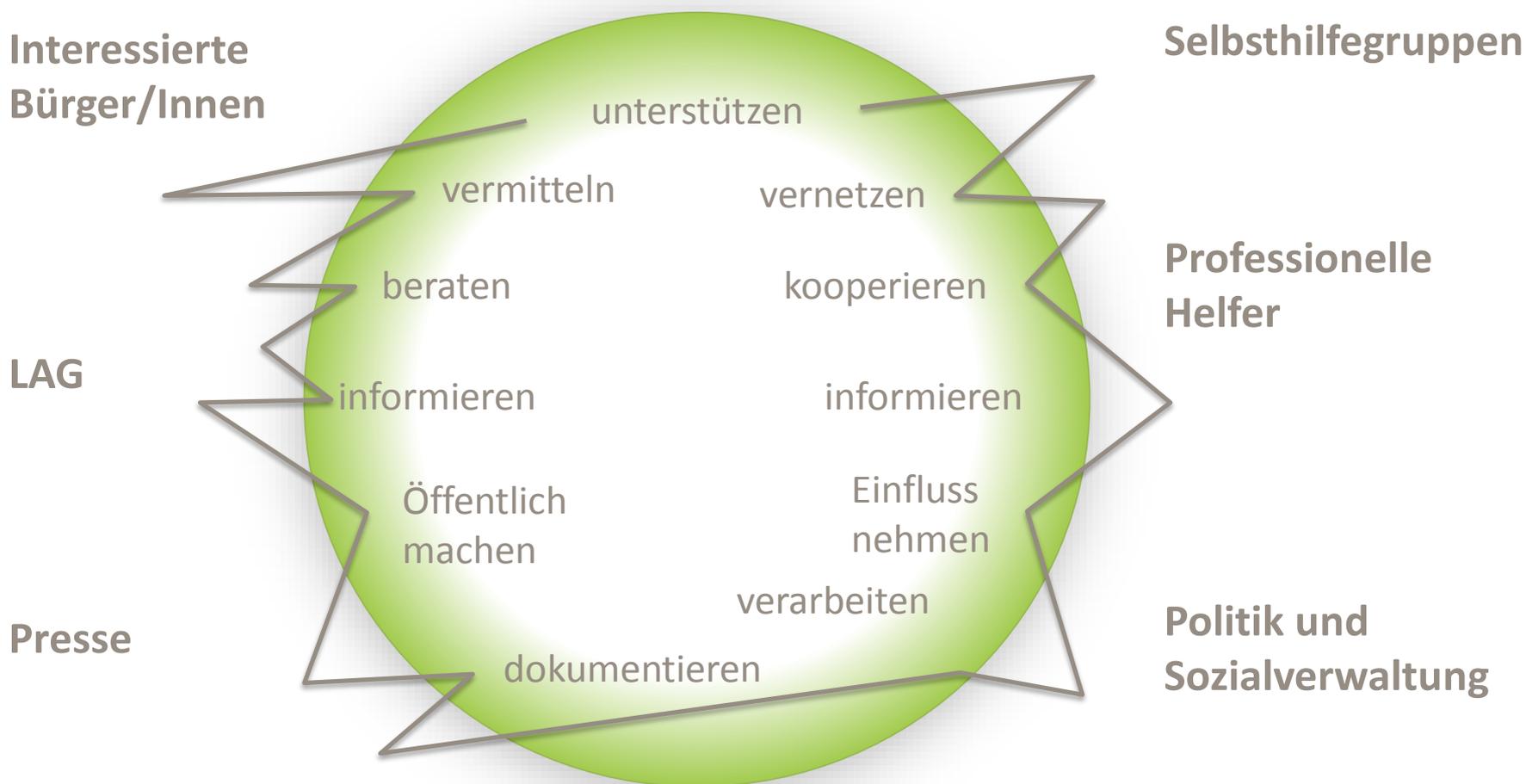
- Pressearbeit
- Pflege der Website
- Druckerzeugnisse, z.B. Flyer, SH-Zeitung, SHG-Verzeichnis (Angebotsbroschüre, Online-Datenbank)

Zielgruppenorientiert:

- Aktionstage
- Infostände
- Veranstaltungen



Selbsthilfe = Vernetzung





Warum nutzen Menschen Selbsthilfegruppen?

- Hoher Leidensdruck und oftmals Ausweglosigkeit, z.B. verbunden mit chronischen Erkrankungen, Behinderung oder familiären Problemen
- Suche nach Gleichbetroffenen und somit Verständnis für die persönliche Situation
- Suche nach Erfahrungs- und Informationsaustausch
- Suche nach Kontakten und Stärkung der Eigenmotivation sowie Steigerung der Lebensqualität
- Aufklärung und Motivation
- Akzeptanz der Erkrankung
- Freizeit und Sport
- Suche nach sozialen Kontakten

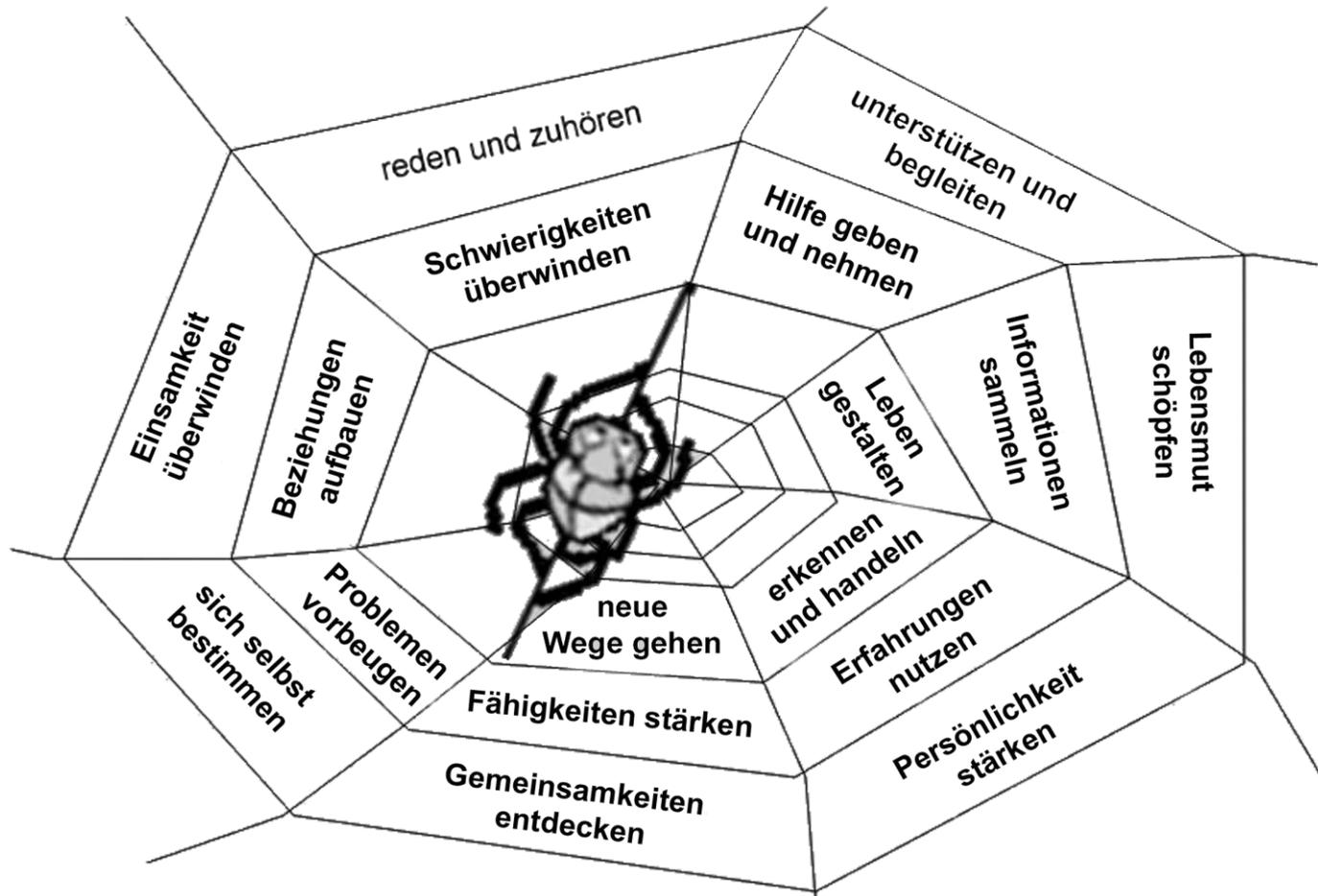


Was erwartet Teilnehmende in der Selbsthilfegruppe?

- Regelmäßig stattfindende Treffen, Vertraut-Werden mit anderen Gruppenmitgliedern
- Regelmäßiger Erfahrungsaustausch und Motivation
- Vorträge zum Krankheitsbild und dem Umgang damit
- Erhöhung der Gesundheitskompetenz
- Vorstellung von alternativen Heilmethoden und Anleitung zu Selbstheilungsmethoden
- Kennenlernen von Entspannungstechniken
- Gemeinsame Aktivitäten
- Sport, Bewegung, Kreativität



Chancen in Selbsthilfegruppen





Gruppengründung

1. Interessent/in Initiator/in

- Wendet sich an die KISS
- Terminvereinbarung
- Beratung

2. Planung Organisation

- Gründungstermin, **Anonymität**
- Setting (Vortrag, Lesung, oder nur Gründung)
- Werbung, Öffentlichkeitsarbeit, Partner

3. Gründungstreffen

- Mit Geschäftsführerin und ggf. IGS
- Rollenklärung, ggf. Gruppensprecher/in
- Einführung der wichtigsten Regeln
- Folgetermin



In-Gang-Setzer/innen...

sind ehrenamtliche Mitarbeiter/innen der örtlichen Selbsthilfe-Kontaktstelle, sie

... stehen mit der Kontaktstelle den Gruppen in der Startphase zur Seite

... unterstützen die Teilnehmer/innen dabei, miteinander zu reden und sich vertraut zu machen

... begleiten die Gruppen, helfen bei den ersten Treffen und achten auf die Rahmenbedingungen

... bringen sich NICHT zu den Anliegen und Themen der Gruppe ein

Ihre Aufgabe ist es ausschließlich, den Mitgliedern der noch unerfahrenen Gruppe dabei zu helfen, zueinander zu finden.



Partner der KISS vor Ort

- Schwerpunktpraxen (insbesondere bei Schulungsangeboten)
- Ambulante Reha-Zentren
- Krankenkassen (GKV), Renten- und Pflegekasse
- Helios-Kliniken
- Median-Klinik Schelfstadt
- Median-Klinik Schweriner See
- Stadt- und Landesverwaltung
- Sozialpartner (Beratungsstellen, Hilfeeinrichtungen)



Projekte der KISS

Journal „Hilf dir selbst“

- Ehrenamtliches Redaktionsteam
- Erscheint Vierteljährlich
- Auflage: 1500, an Arztpraxen, Apotheken, Kliniken, Partner der Selbsthilfe

Selbsthilfefreundlichkeit

- Selbsthilfefreundliches Krankenhaus in Koop. mit Helios-Kliniken
- Systematische Zusammenarbeit
- Qualitätsstandards

Digitalisierung

- Technische Ausstattung der Büros und Gruppenräume
- Entwicklung von Online-Angeboten für Selbsthilfegruppen
- Überregionale Vernetzung
- Datenschutz und Barriere-Freiheit



Die KISS bedankt sich...

...für Ihre
Aufmerksamkeit!