

Aktiv in Selbsthilfe

Fortbildung für **Selbsthilfegruppen**

2012

Seminare
Workshops
Weiterbildung

AK Fortbildung in der Selbsthilfe
Berliner Selbsthilfe-Kontaktstellen
Kontaktstellen PflegeEngagement

selko



Fortbildung für Selbsthilfegruppen 2012

Seminare
Workshops
Weiterbildung

Veranstaltungen in Berlin von
AK Fortbildung in der Selbsthilfe
Berliner Selbsthilfe-Kontaktstellen
Kontaktstellen PflegeEngagement

im Dachverband selko e.V.
Kontakt über SEKIS
Bismarckstr. 101
10625 Berlin
Tel 030 890 285 33
Mail sekis@sekis-berlin.de

Liebe Aktive

in der Berliner Selbsthilfe

Das neue Fortbildungsprogramm 2012 für Aktive in der Selbsthilfe ist fertig. Hier finden Sie die 5. Ausgabe des Fortbildungsprogramms für Selbsthilfegruppen und Initiativen in Berlin. Es stellt eine Mischung aus bewährten Angeboten und neu aufgenommenen Fortbildungen zu aktuellen Themen dar.

Das Programm ist die Fortführung des Angebots, das seit Jahren vom Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe sehr erfolgreich zusammengestellt wird.

In diesem Jahr werden die Seminare und Workshops erstmals in neuem Kleid unter dem Dach von selko e.V., das ist der Landesverband der Berliner Selbsthilfe-Kontaktstellen und der Kontaktstellen PflegeEngagement, veröffentlicht.

Wir haben das Programm um die Themenfelder Organisationsberatung und das Feld der Pflegeunterstützung erweitert, mit der die positiven Erfahrungen der Selbsthilfe für den Bereich der Pflege nutzbar gemacht werden sollen.

Der Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin setzt sich aus Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern von Berliner Selbsthilfekontaktstellen sowie aus Mitgliedern von Selbsthilfegruppen, die seit langen in Selbsthilfeorganisationen arbeiten zusammen. Fortbildung in der Selbsthilfe ist nach unserer Erfahrung immer etwas sehr Lebendiges und Anregendes. Wir freuen uns deshalb schon jetzt auf den intensiven Austausch mit Ihnen. Das Programm erfreut sich großer Akzeptanz und Nachfrage. Falls Gruppen und Organisationen diese Angebote auch auf ihre Arbeit zugeschnitten weiterentwickeln wollen, so kommt der Arbeitskreis dieser Nachfrage gerne nach. Sprechen Sie uns deshalb gezielt an, wenn Sie besondere Fortbildungswünsche haben!

Unser besonderer Dank gilt den Krankenkassen und Krankenkassenverbänden, die in der Berliner Arbeitsgemeinschaft zusammengeschlossen sind und mit einer Förderung nach den Leitsätzen des § 20c SGB V dieses Programm maßgeblich unterstützen.

Inhalt

Gruppen unterstützen	5
1 Viele Wege führen nach Rom -	5
2 Supervision für Selbsthilfegruppen	6
3 Kreative Methoden in der Gruppenarbeit	7
4 Wenn die Arbeit an einigen wenigen hängenbleibt	8
5 Moderationstechniken in der Selbsthilfe	9
6 Trauer in der Selbsthilfegruppe	10
7 Gesundheit ist ansteckend...	11
8 Gruppenabläufe	12
9 Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg	13
10 Bildnerisches Gestalten in Selbsthilfegruppen	14
11 Konflikte in der Gruppe	15
12 Selbsthilfe U 35	16
13 Wenn es zusammen nicht mehr weiter geht...	17
14 Reihe Gruppentraining	18
Baustein 1 Meine Gruppe und ich	19
Baustein 2 Konflikte in der Gruppe	20
Baustein 3 Die Gruppe lebendig erhalten	21
Baustein 4 Potentiale für die Weiterentwicklung der Gruppe	22
15 Reihe Selbsthilfegruppen leiten	23
Baustein 1 Meine Rolle als Gruppenleitung	24
Baustein 2 Mein Handwerkszeug in der Gruppenleitung	25
Baustein 3 Konflikte in der Gruppe	26
Baustein 4 Der Spagat zwischen Leitung und eigener Betroffenheit	27
Selbstorganisation unterstützen	28
16 Selbsthilfeinitiativen werden Vereine	28
17 Rechtliche Fragen in der Arbeit von Selbsthilfegruppen	29
18 Selbsthilfe und Sozialrecht	30
19 Förderung der Selbsthilfe durch Krankenkassen	31
20 Ohne Moos nix los	32
21 Wie Stiftungen fördern	33
22 Nachbarschaft und Selbsthilfe	34
Interessen vertreten	35
23 Berliner Selbsthilfe-Forum	35
24 Berliner Selbsthilfe-Kongress 2012	36
25 Mitsprache und Beteiligung	37
Kooperation fördern	38
26 Zusammenarbeit von Selbsthilfe und Krankenhäusern	38
27 Selbsthilfe als Partner bei der Entlassung	39
Selbsthilfe und Internet	40
28 Internetgestützte Selbsthilfe	40
29 Finden was man wissen will!	41
30 Gänzlich im Bilde	42
Selbsthilfe und Pflege	43
31 Pflegeunterstützung: Basis-Schulung für Ehrenamtliche	43
Der Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin	49
Die Kontaktstellen in selko e.V.	50
Selbsthilfe-Kontaktstellen	50
Kontaktstellen PflegeEngagement	56

Gruppen unterstützen

01 Viele Wege führen nach Rom -

Entwicklungen, Veränderungen und Wachstum in Selbsthilfegruppen

Unsere Auftaktveranstaltung beschäftigt sich diesmal mit dem Thema „Entwicklung in Selbsthilfegruppen“. An diesem Tag wollen wir uns die Zeit nehmen, auf wichtige Prozesse und Schwerpunktthemen der letzten Jahre in unseren Gruppen zurückzublicken, um daraus Anregungen für die zukünftige Arbeit abzuleiten.

Wie schon in den Vorjahren freuen wir uns wieder auf einen besonderen Tag mit vielen Aktiven aus der Selbsthilfe. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden viele Gelegenheiten haben, ihre Erfahrungen, Wünsche und Erwartungen zum Thema einzubringen, die wir mit Hilfe von lebendigen Methoden in großen und kleinen Runden aufgreifen werden.

Gemeinsam wollen wir Antworten finden auf die Fragen:

- Was waren besondere Highlights in der Entwicklung meiner Selbsthilfegruppe?
- Welche Schwierigkeiten mussten wir bewältigen und wie haben wir das geschafft?
- Was hat sich über die Jahre hinweg in unserer Gruppe verändert?
- Woran sind wir gewachsen und was haben wir erreicht?
- Wo liegen unsere gemeinsamen Wurzeln und was hat uns beflügelt?
- Wo stehen wir jetzt und wo wollen wir hin?

Die Veranstalter werden auch in diesem Jahr für einen guten Rahmen sorgen. Dazu gehört es unter anderem, für die Mittagspause einen kleinen Imbiss zur Verfügung zu stellen.

Zeit	Samstag	21. Januar 2012	11.00 - 16.00 Uhr
Ort	Jugend- und Familienzentrum Jever Neun Jeverstr. 9 12157 Berlin		
Leitung	Das Team des Arbeitskreises Fortbildung in der Selbsthilfe		
Kosten	3 €	für Imbiss und Getränke	
Anmeldung	Tel	85 99 51 30	

02 Supervision für Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen müssen häufig eine Vielzahl von Schwierigkeiten bewältigen. In der Supervisionsgruppe ist Raum für den Erfahrungsaustausch und die Erarbeitung von Lösungen für Probleme und Fragen aller Art. Das Angebot ist offen für alle, die ihre Fragen und Schwierigkeiten aus ihren Gruppen einbringen möchten und neugierig auf die Themen aus anderen Selbsthilfegruppen sind.

Zeit	Donnerstag	01.03., 07.06., 13.09. und 29.11.2012
	jeweils von	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt	
	Hefnersteig 1 13529 Berlin	
Leitung	Götz Liefert, Petra Glasmeyer	
Kosten	6 € pro Termin	
Anmeldung	Tel 381 70 57	

03 Kreative Methoden in der Gruppenarbeit

In diesem Workshop werden praxiserprobte kreative Methoden – wie zum Beispiel Arbeit mit Symbolen oder bildnerisches Gestalten – vorgestellt und praktisch angewendet. Die unterschiedlichen spielerischen Techniken lassen sich in den unterschiedlichsten Gruppensituationen – z.B. beim Gruppenstart, wenn die Gruppe blockiert ist oder jemand aus der Gruppe geht – klärend und gewinnbringend einsetzen. Sie vermitteln Anregungen, wie die Gruppenarbeit erfolgreich, lebendig und zielorientiert gestaltet werden kann.

Zeit **Samstag 3. März 2012 10.00 - 16.00 Uhr**
Ort **Selbsthilfe-Kontaktstelle Synapse Lichtenberg**
 Schultze-Boysenstr. 38 | 10365 Berlin
Leitung **Susanne Fischer, Ruth Uzelino**
Kosten **12 €**
Anmeldung: Tel **5138888**

05 Moderationstechniken in der Selbsthilfe

Gespräche zu moderieren, zu strukturieren und zu begleiten, schafft der Gruppe den Freiraum, sich auf den Inhalt zu konzentrieren. Der Abend möchte Handwerkszeug für die Moderation von Gruppengesprächen vermitteln. Er kann Mut machen, sich mit diesem Know How in der Gruppe einzubringen und auszuprobieren.

Dabei werden uns folgende Themen beschäftigen:

Rolle der Moderatorin / des Moderators

Aufgaben der Moderatorin / des Moderators

Methoden in der Moderation

Zeit: **Donnerstag 19. April 2012 18.00 - 21.00 Uhr**
 Donnerstag 26. April 2012 18.00 - 21.00 Uhr

Ort **Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte**
 Perleberger Str. 44 | 10559 Berlin

Leitung: **Birgit Sowade, Susanne Fischer**

Kosten: **12 €**

Anmeldung: Tel **394 63 64**

06 Trauer in der Selbsthilfegruppe

Wenn ein Gruppenmitglied stirbt entstehen viele Gefühle: Entsetzen, Trauer, Angst vor der eigenen Sterblichkeit, vielleicht sogar Wut oder Dankbarkeit, dass jemand von schwerer Krankheit erlöst wurde.

Aber trauern bedeutet auch zu lernen, sich auf Neues einzulassen, Bewältigungsstrategien und Stärke zu entwickeln.

Was kann eine Gruppe tun, um diesen Trauerprozess gemeinsam zu bewältigen, wieder Sicherheit zu gewinnen und die Lebendigkeit zu erhalten oder wieder zu erlangen.

Inhalte an diesem Abend werden sein:

Trauerprozesse und Trauerphasen kennen lernen

Hilfreiche Rituale entwickeln

Raum für eigene Trauerbewältigung und Raum für Gemeinsames entdecken

Zeit	Samstag	21. April 2012	10.00 - 16.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf Königstr. 42 14163 Berlin		
Leitung	Sabine von Wegerer, Petra Glasmeyer		
Kosten	12 €		
Anmeldung	Tel	80 19 75 14	

07 Gesundheit ist ansteckend...

oder: wenn die Arbeit in der Selbsthilfegruppe sich an unseren Stärken orientiert

Eine immer wieder auftretende Sorge im Rahmen der Selbsthilfe ist die Befürchtung, durch den Austausch mit anderen eher belastet als gestärkt zu werden. Diese Befürchtung kann dann Realität werden, wenn die Krankheit mit ihren Belastungen zu sehr in den Mittelpunkt der Gruppenarbeit gerät.

Wie kann die Arbeit in der Gruppe gestaltet werden, damit das im Vordergrund steht, was uns im Leben Kraft gibt und zu unserer Gesundheit beiträgt.

Wir werden an diesen beiden Abenden darüber sprechen wie wir

- die Begegnung in der Gruppe nutzen können, um uns gegenseitig zu stärken
- der Krankheit nicht mehr Raum geben als unserer Lust am Leben
- die Ziele, die uns weiter bringen im Auge behalten können
- mit unseren Möglichkeiten arbeiten und nicht an dem hängen bleiben, was nicht (mehr) möglich ist.

Darüber hinaus werden wir unterschiedliche Methoden kennenlernen, die unsere Arbeit in der Selbsthilfegruppe in diesem Sinne weiter entwickeln können. Elemente der Gesprächsmoderation finden dabei ebenso ihren Platz wie kreative Themeneinstiege, das Üben von positivem Feedback und Rollenspiele zu schwierigen Gruppensituationen.

Zeit	Donnerstag	10. Mai 2012	18.00 - 21.00 Uhr
	Donnerstag	24. Mai 2012	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungsstelle Mitte Perleberger Str. 44 10559 Berlin		
Leitung	Sabine von Wegerer, Birgit Sowade		
Kosten	12 €	für beide Abende	
Anmeldung	Tel	394 63 64	

08 Gruppenabläufe

Regeln – Strukturen - Konzepte

An zwei Abenden wollen wir uns intensiv mit Gruppenabläufen, Gruppenregeln, Gruppenstrukturen und Gruppenkonzepten beschäftigen, die hilfreich sind, um die Arbeit in der Selbsthilfegruppe produktiv zu gestalten.

Gruppenkonflikte und Unzufriedenheit entstehen häufig durch fehlende bzw. nicht allgemein bekannte Gruppenregeln. Um Schwierigkeiten künftig zu vermeiden, werden wir uns mit folgenden Themen und Fragen beschäftigen:

- Sitzungsabläufe in der Gruppe – was hat sich bewährt, was fehlt, was sollte/kann verändert werden und wie geht die Gruppe damit um?
- Regeln für die Gruppenarbeit - wann sind sie nützlich, wann sind sie eher störend?
- Welche Gruppenstrukturen sind hilfreich und wie können sie in das eigene Gruppengeschehen integriert werden?
- Welche Gruppenkonzepte haben sich bewährt und wie geht die Gruppe damit um?

Zeit	Mittwoch	23. Mai 2012	18.00 – 21.00 Uhr
	Mittwoch	30. Mai 2012	18.00 – 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontaktstelle Friedrichshain Boxhagenerstr. 89 10245 Berlin		
Leitung	Susanne Fischer, Petra Glasmeyer		
Kosten	12 €	für beide Abende	
Anmeldung	Tel	291 83 48	

09 Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg in der Selbsthilfegruppe

GFK ist eine Haltung, in der Menschen so miteinander umgehen, dass ihre Gefühle und Bedürfnisse Platz finden. In dieser Fortbildung erforschen wir in welchen Situationen die Methode der GFK sinnvoll in der Gruppe angewendet werden kann, um Gruppenprozesse einfühlsam und lebendig zu gestalten. Anhand praktischer Beispiele aus dem Gruppenalltag werden die Schritte der GFK theoretisch und praktisch geübt.

Zeit	Dienstag	28. August 2012	18.00 – 21.00 Uhr
	Dienstag	04. September 2012	18.00 – 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontakt- und Beratungsstelle Horizont Lichtenberg Ahrenshooper Str. 5 13051 Berlin		
Leitung	Susanne Fischer, Petra Glasmeyer		
Kosten	12 € für beide Abende		
Anmeldung	Tel	962 10 33	

10 Bildnerisches Gestalten in Selbsthilfegruppen

Es ist eine Bereicherung für Gruppen nicht nur über Sprache miteinander zu kommunizieren. Mit verschiedenen Techniken des Bildnerischen Gestaltens haben wir die Möglichkeit, den Gruppenprozess zu beleben und eigene Kraftquellen zu erschließen. Im Seminar kann jede(r) Teilnehmer/in durch eigenes Ausprobieren verschiedene Anwendungsmöglichkeiten kennenlernen.

Zeit	Samstag	15. September 2012	10.00 – 16.00 Uhr
Ort	Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf Eichhorster Weg 32 13435 Berlin		
Leitung	Susanne Fischer, Ruth Uzelino		
Kosten	12 €		
Anmeldung	Tel	416 48 42	

11 Konflikte in der Gruppe

Konflikte können in jeder Gruppe entstehen – bei gelungener Konfliktlösung fühlt sich die Gruppe nicht nur erleichtert, sondern auch bereichert. In diesem Workshop werden wir uns damit beschäftigen, was Auslöser für Gruppenkonflikte sein können.

Wir werden uns u. a. mit den Fragen beschäftigen:

- Was tue ich, wenn ich selbst in einen Konflikt involviert bin?
- Wie verhalte ich mich, wenn ich nicht unmittelbar am Konflikt beteiligt bin?
- Was passiert, wenn Konflikte eskalieren?
- Wer oder was kann helfen, einen Konflikt zu begleiten bzw. aufzulösen?

Zeit	Samstag	22. September 2012	12.00 – 18.00 Uhr
Ort	Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt Hefnersteig 1 13629 Berlin		
Leitung	Petra Glasmeyer, Götz Liefert		
Kosten	12 €		
Anmeldung	Tel	381 70 57	

12 Selbsthilfe U 35

Formen und Methoden der „jungen Selbsthilfe“

Ist die Gruppenarbeit der Selbsthilfe ein abgehalftertes Modell? Prima für die Generation vor dem Pillenknick, aber nicht mehr tauglich für junge Erwachsene von heute?

Offensichtlich nicht. Junge Menschen treffen sich in Gruppen, um sich über ihren Alltag mit Depressionen, sozialen Ängsten, Essstörungen oder Rheuma auszutauschen. Mal wird vor allem geredet, mal vor allem ausprobiert. Mal trifft man sich in der Selbsthilfe- Kontaktstelle, mal im Internet und mal im Park.

Wir wollen an diesem Abend genauer herausfinden, wie junge Menschen „Selbsthilfe“ verstehen. Welche ganz unterschiedlichen Formen und Arbeitsansätze gibt es? Wer hat Neues ausprobiert und gute Erfahrungen damit gemacht? Wo stecken Schwierigkeiten? Wie erreicht man neue Leute mit der Idee, sich gemeinsam mit anderen für sich selber stark zu machen?

Zielgruppe des Angebotes sind Menschen unter 35 aus bestehenden (jungen) Gruppen oder mit dem Anliegen, „junge Gruppen“ zu gründen. Sie sind unter 35 Jahren und haben Lust auch im Vorfeld mit zu Planen und zu Überlegen? Herzlich willkommen! Wir freuen uns über einen Anruf unter Tel. 394 63 64.

Zeit	Donnerstag	27. September 2012	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Je nach TeilnehmerInnen -Zahl in oder in der Nähe der SHK Mitte; konkreten Ort bitte erfragen.		
	Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungsstelle Mitte		
	Perleberger Str. 44 10559 Berlin		
Leitung	Sabine von Wegerer, Birgit Sowade		
Kosten	6 €		
Anmeldung	Tel	394 63 64	

13 Wenn es zusammen nicht mehr weiter geht...

Gruppenausschluss als letzte Konsequenz?

In Selbsthilfegruppen gibt es das starke Bedürfnis, jedem einzelnen gerecht zu werden und ihn seinen Platz in der Gruppe finden zu lassen. Manchmal sind jedoch die Spannungen und Störfaktoren, die von einzelnen Mitgliedern ausgehen so groß, dass die gemeinsame Weiterarbeit in der Gruppe nicht mehr möglich zu sein scheint.

An diesem Abend wollen wir klären, was die Gruppe in einer solchen Situation tun kann.

Folgende Fragen werden dabei im Mittelpunkt stehen:

- Welche Möglichkeiten gibt es, die vorhandenen Störungen und Spannungen zu bearbeiten?
- Wann kann ein Mitglied ausgeschlossen werden und in welcher Form sollte dies geschehen?
- Wer entscheidet darüber, dass jemand ausgeschlossen wird?

Zeit	Montag	12. November 2012	18.00 – 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf		
	Eichhorster Weg 32 13435 Berlin		
Leitung	Ruth Uzelino, Götz Liefert		
Kosten	6 €		
Anmeldung	Tel	416 48 42	

14 Reihe Gruppentraining

Eine Fortbildungsreihe für Mitglieder von Selbsthilfegruppen

Die Fortbildungsreihe setzt sich aus vier Bausteinen zusammen und wendet sich an Kontaktpersonen, aktive Gruppenmitglieder und GruppengründerInnen von Selbsthilfegruppen. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen erhalten Anregungen, wie sie die Arbeit in der Selbsthilfegruppe reflektieren und verbessern können. Wir arbeiten dazu mit unterschiedlichen Methoden wie Rollenspielen, Moderationstechniken, Phantasiereisen u.v.m.

Die Seminare bauen aufeinander auf und können nur als Block gebucht werden, um ein gemeinsames Lernen in der Gruppe zu ermöglichen.

Die Kosten betragen insgesamt 120 €.

Eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist bei Mitgliedern von Selbsthilfegruppen mit gesundheitsbezogenen Themen möglich. Im Bedarfsfall beraten wir Sie hierfür gern.

Baustein 1 Meine Gruppe und ich

In diesem Einführungsseminar werden wir uns zunächst mit der eigenen Rolle in der Selbsthilfegruppe beschäftigen. Dabei stehen folgende Fragen im Vordergrund: Welche Erwartungen habe ich an mich selber? Was möchte die Gruppe bzw. die einzelnen Gruppenmitglieder von mir und ich von Ihnen? Wie kann ich in meiner Rolle konstruktiv auf den Gruppenprozess einwirken? Darüber hinaus werden im moderierten Austausch die unterschiedlichen Konzepte der Selbsthilfegruppenarbeit der Teilnehmer und Teilnehmerinnen vorgestellt und in ihren Auswirkungen auf die jeweilige Gruppenarbeit diskutiert.

Zeit	Freitag	02. März 2012	16.00 – 20.00 Uhr
	Samstag	03. März 2012	11.00 – 17.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf Königstr. 42 14163 Berlin		
Leitung	Hanne Theurich, Götz Liefert		
Kosten	für alle vier Bausteine 120 €		
Anmeldung	Tel	80 19 75 14	

Baustein 2 Konflikte in der Gruppe

In diesem Baustein werden wir uns damit beschäftigen, wie Gruppen arbeitsfähig werden und welche Hindernisse sie dabei überwinden müssen. Im Zentrum steht dabei der Umgang mit Konflikten. Konflikte können in jeder Gruppe entstehen – bei gelungener Konfliktlösung fühlt sich die Gruppe nicht nur erleichtert, sondern auch bereichert.

Wir werden uns damit beschäftigen, was überhaupt ein Konflikt ist, zu welchen typischen Gruppenkonflikten es kommen kann und welche konstruktiven Lösungsmöglichkeiten es gibt.

Zeit	Freitag	27. April 2012	16.00 – 20.00 Uhr
	Samstag	28. April 2012	11.00 – 17.00 Uhr
Ort:	Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf		
	Königstr. 42 14163 Berlin		
Leitung	Hanne Theurich, Götz Liefert		
Kosten	für alle vier Bausteine 120 €		
Anmeldung	Tel	80 19 75 14	

Baustein 3 Die Gruppe lebendig erhalten

In diesem Baustein werden wir uns mit Prozessen beschäftigen, die zu einem Gruppenklima beitragen, in dem Lust am gemeinsamen Arbeiten vorhanden ist oder wiedergefunden wird und Wertschätzung und Toleranz besteht.

Im Mittelpunkt dieses Bausteins steht ein gemeinsames Teamtraining. Hier können alle TeilnehmerInnen an sich selbst erfahren, welche Faktoren einen Gruppenprozess positiv verstärken.

Zeit	Freitag	08. Juni 2012	16.00 – 20.00 Uhr
	Samstag	09. Juni 2012	11.00 – 17.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf Königstr. 42 14163 Berlin		
Leitung	Hanne Theurich, Götz Liefert		
Kosten	für alle vier Bausteine 120 €		
Anmeldung	Tel	80 19 75 14	

Baustein 4 Potentiale für die Weiterentwicklung der Gruppe

Auf der Grundlage der in den vergangenen Bausteinen erworbenen Erfahrungen und Erkenntnissen werden wir uns in diesem abschließenden Seminar mit Perspektiven für die Weiterarbeit in der Selbsthilfegruppe beschäftigen. Außerdem werden wir uns Zeit nehmen für die noch offen gebliebenen Fragen und für den angemessenen Umgang mit Abschied.

Zeit	Freitag	17. August 2012	16.00 – 20.00 Uhr
	Samstag	18. August 2012	11.00 – 17.00 Uhr
Ort:	Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf Königstr. 42 14163 Berlin		
Leitung	Hanne Theurich, Götz Liefert		
Kosten	für alle vier Bausteine 120 €		
Anmeldung	Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf		
Tel	80 19 75 14		

15 Reihe Selbsthilfegruppen leiten

Eine Fortbildungsreihe
für Leiterinnen und Leiter von Selbsthilfegruppen

Auch in der Selbsthilfe gibt es viele Gruppen, die von einzelnen Mitgliedern geleitet werden.

Was bedeutet es, eine Selbsthilfegruppe zu leiten?

Diese Fortbildungsreihe besteht aus vier Bausteinen und wendet sich an Mitglieder von Selbsthilfegruppen, die sich als ausgewiesene oder „heimliche“ Leiterinnen bzw. Leiter ihrer Gruppe verstehen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten Anregungen, wie sie ihre Leitungsfunktion so wahrnehmen können, dass die Selbsthilfekräfte aller Beteiligten gestärkt und weiterentwickelt werden können. Wir arbeiten dazu mit unterschiedlichen Methoden wie Rollenspielen, Moderationstechniken, Phantasiereisen u.v.m.

Die aus vier Bausteinen bestehende Veranstaltungsreihe kann nur gesamt gebucht werden.

Kosten für alle vier Veranstaltungen: 35 €.

Baustein 1 Meine Rolle als Gruppenleitung

Gruppenleitung in einer Selbsthilfegruppe zu sein, stellt eine besondere Herausforderung dar.

Unter anderem werden wir und mit folgenden Fragen beschäftigen:

Was bedeutet Leitung in der Selbsthilfegruppe?

Welche Aufgaben sind damit verbunden?

Was ist in meiner Verantwortung, was ist Sache des einzelnen Gruppenmitgliedes bzw. der Gruppe?

Zeit	Mittwoch	24. Oktober 2012	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg Holsteinische Str.30 12161 Berlin		
Leitung	Götz Liefert, Sabine von Wegerer		
Anmeldung	Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg Tel 85 99 51 - 30/- 33		

Baustein 2 Mein Handwerkszeug in der Gruppenleitung

Welche Instrumente sind für meine Arbeit als SelbsthilfgruppenleiterIn hilfreich? In diesem Baustein wollen wir uns mit Moderationstechniken, Gruppenregeln, Sitzungsabläufen und Konzepten beschäftigen, die sinnvoll sind, um die Arbeit in der Selbsthilfegruppe produktiver zu gestalten.

Folgende Themen und Fragen stehen dabei im Mittelpunkt:

- Sitzungsabläufe in der Gruppe - welche Konzepte haben sich hier bewährt?
- Moderation der Sitzung - wer ist dafür zuständig und welche Techniken sind hilfreich?
- Regeln für die Gruppenarbeit - wann sind sie nützlich, wann sind sie eher störend?

Zeit **Mittwoch 14. November 2012 18.00 – 21.00 Uhr**
Ort **Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg
Holsteinische Str.30 | 12161 Berlin**
Leitung **Götz Liefert, Sabine von Wegerer**
Anmeldung **Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg
Tel 85 99 51 - 30/- 33**

Baustein 3 Konflikte in der Gruppe

Konflikte können in jeder Gruppe entstehen – bei gelungener Konfliktlösung fühlt sich die Gruppe nicht nur erleichtert, sondern auch bereichert.

In diesem Baustein werden wir uns damit beschäftigen, was überhaupt ein Konflikt ist, zu welchen typischen Gruppenkonflikten es kommen kann und welche konstruktiven Lösungsmöglichkeiten es gibt.

Wir werden insbesondere die Rolle der Gruppenleitung in Konflikten beleuchten

Besondere Fragen dabei sind:

- Welche Rolle habe ich als GruppenleiterIn in Konflikten?
- Was tue ich, wenn ich selbst in den Konflikt involviert bin?
- Was passiert, wenn Konflikte eskalieren – wer kann helfen, gibt es Erste-Hilfe-Maßnahmen?

Zeit **Mittwoch** **28. November 2012** **18.00 – 21.00 Uhr**
Ort **Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg**
Holsteinische Str.30 | 12161 Berlin
Leitung **Götz Liefert, Sabine von Wegerer**
Anmeldung **Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg**
Tel 85 99 51 - 30/- 33

Baustein 4 Der Spagat zwischen Leitung und eigener Betroffenheit

Wie gehe ich damit um, einerseits Betroffener mit eigenen Themen und eigenen Bedürfnissen an die Gruppe zu sein und andererseits das Gruppengeschehen zu gestalten bzw. den Überblick zu behalten?

Anhand der unterschiedlichen Erfahrungen der TeilnehmerInnen werden wir in diesem Baustein die Spielräume ausloten, die bestehen, um beiden Aspekten gerecht zu werden.

Zeit **Mittwoch 12. Dezember 2012 18.00 – 21.00 Uhr**
Ort **Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg**
Holsteinische Str.30 | 12161 Berlin
Leitung **Götz Liefert, Sabine von Wegerer**
Anmeldung **Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg**
Tel 85 99 51 - 30/- 33

Selbstorganisation unterstützen

16 Selbsthilfeinitiativen werden Vereine

Grundlagen des Vereinsrechts

1. Wie gründe ich einen Verein?
 - Satzung, Gründungsversammlung, Protokolle, Eintragung Vereinsregister
2. Wozu braucht der Verein die Gemeinnützigkeit?
 - Gemeinnützigkeitsrecht, Spendenwesen
3. Die Rolle der Vorstände
 - Verantwortung der Vorstände, Haftungsfragen
4. Wie finanziert sich der Verein?
 - Mitgliedsbeiträge, Spenden, Bußgelder, öffentliche Zuwendungen/Zuschüsse

Zeit **Mittwoch** **07. März 2012** **15.00 – 18.00 Uhr**
Ort **SEKIS**

Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

Leitung **Brigitte Meier-Obi**

Kosten **6 €**

Wir bitten um schriftliche Anmeldung:

SEKIS -Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle,

Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

oder per Mail: sekis@sekis-berlin.de

17 Rechtliche Fragen in der Arbeit von Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen gehören seit Jahrzehnten zum gesellschaftlichen Bild unserer Gesellschaft. Das Themenspektrum reicht von A wie Alzheimer bis Z wie Zyste. Eine Selbsthilfegruppe besteht in der Regel aus durchschnittlich 15 gleichberechtigten Mitgliedern, die sich regelmäßig treffen und austauschen.

Neben den „einfachen“ Mitgliedern gibt es in jeder Gruppe einzelne Mitglieder, die ehrenamtlich Aufgaben übernehmen um z.B. neu Interessierte zu beraten, notwendige organisatorische Aufgaben zu erledigen, öffentlichkeitswirksame Maßnahmen umzusetzen oder die Gruppenkasse zu verwalten.

Für die meisten Gruppen unklar ist dabei der rechtliche Status der Gruppe bzw. der einzelnen Mitglieder. Haftungsfragen (bei Sach- und/oder Personenschäden), versicherungsrechtliche sowie steuerrechtliche Aspekte können große Unruhe in der Gruppe verbreiten.

Wir wollen uns einen fundierten Überblick verschaffen über:

- den Rechtsstatus einer Gruppe unter Berücksichtigung von Haftungsfragen
- die versicherungsrechtlichen Aspekte und die Möglichkeiten der Absicherung
- die steuerrechtlichen Aspekte von Gruppenaktivitäten

Zeit **Mittwoch** **06. Juni 2012** **15.00 – 18.00 Uhr**

Ort **SEKIS**
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

Leitung **Brigitte Meier-Obi**
RA NN

Kosten **6 €**

Wir bitten um schriftliche Anmeldung:

SEKIS -Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle,
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
oder per Mail: sekis@sekis-berlin.de

18 Selbsthilfe und Sozialrecht

Viele chronisch Kranke oder behinderte Menschen haben nicht genügend Wissen zur Einstufung als Schwerbehinderte. Für Mitglieder in Selbsthilfegruppen sollen in diesem Seminar Fragen besprochen werden, die in Gruppen immer wieder auf der Tagesordnung stehen

Es geht um folgende Themenfelder:

- Schwerbehinderung: Fragen zur Antragstellung
- Widerspruchsverfahren
- Gleichstellungsantrag
- Wiedereingliederung in das Arbeitsleben
- Verschlimmerungsantrag beim Versorgungsamt
- Klage beim Sozialgericht

An Hand von Beispielen der Teilnehmenden können praxisnah Grundlagen zur sozialen Absicherung bei Krankheit und Behinderung erörtert werden.

Zeit **Donnerstag** **26. Januar 2012** **15.00 – 18.00 Uhr**

Ort **SEKIS**
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

Leitung **Hannelore Rohde-Käsling**

Kosten **6 €**

Wir bitten um schriftliche Anmeldung:

SEKIS -Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle,
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
oder per Mail: sekis@sekis-berlin.de

19 Förderung der Selbsthilfe durch Krankenkassen

Regelungen und Anforderungen der Förderung nach § 20c SGB V

Der Gesetzgeber gibt den gesetzlichen Krankenkassen vor, **Selbsthilfe im Gesundheitsbereich** zu fördern. Krankenkassen und Krankenkassenverbände sind verpflichtet, Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfekontaktstellen zu fördern.

Gefördert werden sie, wenn sie sich die **gesundheitliche Prävention oder Rehabilitation von Versicherten** zum Ziel gesetzt haben und sich zu einem Thema treffen, das im **Verzeichnis der anerkannten Krankheiten** für die Selbsthilfeförderung aufgeführt ist.

Selbsthilfekontaktstellen müssen für eine Förderung ihrer gesundheitsbezogenen Arbeit themenbereichs- und indikationsgruppenübergreifend tätig sein.

Neben den beiden Förderbereichen „Kassenübergreifende Gemeinschaftsförderung“ und „Kassenindividuelle Projektförderung“ gibt es noch die verschiedenen Förderebenen

- die örtliche Gruppenförderung
- die Förderung auf der Landesebene
- die Förderung auf der Bundesebene

Wir wollen uns einen Überblick verschaffen über die gesetzlichen Grundlagen, die Leitsätze der Krankenkassen, über die Antragsfristen, die Antragsunterlagen, die Förderformen und die Nachweisführung.

Zeit **Mittwoch** **31. Oktober 2012** **15.00 – 18.00 Uhr**
Ort **SEKIS**

Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

Leitung **Brigitte Meier-Obi**

Kosten **6 €**

Wir bitten um schriftliche Anmeldung:

SEKIS -Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle,

Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

oder per Mail: sekis@sekis-berlin.de

20 Ohne Moos nix los

Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung von Selbsthilfegruppen

Hätten Sie gerne einen eigenen Gruppenflyer?

Möchten Sie an Weiterbildungen teilnehmen?

Fehlt es für die Gruppenarbeit an unterstützenden Materialien?

Selbsthilfegruppen mit gesundheitsbezogenen Themen haben die Möglichkeit, finanzielle Förderung durch die Krankenkassen zu erhalten. Darüber hinaus gibt es weitere Möglichkeiten finanzieller Unterstützung.

Wir werden an diesem Abend erfahren, wie und wo Anträge gestellt werden können, um anfallende Kosten zu finanzieren. Dabei prüfen wir, welche der vorgestellten Möglichkeiten für unsere Arbeit realistisch sind.

Bringen Sie Ihre Vorlagen mit, wir schauen, was gemeinsam daraus zu machen ist.

Zeit	Mittwoch	05. Dezember 2012	18.30 – 21.30 Uhr
Ort	Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd Lipschitzallee 80 12353 Berlin		
Leitung	Sabine von Wegerer, Petra Glasmeyer		
Kosten	6 €		
Anmeldung	Tel	605 66 00	

21 Wie Stiftungen fördern

Das Verzeichnis Deutscher Stiftungen 2011 enthält Angaben zu 19.000 Stiftungen. (7., erweiterte und überarbeitete Auflage, Bundesverband Deutscher Stiftungen (Hrsg.), Berlin Mai 2011)

Es gibt unzählige Stiftungen in Deutschland und jedes Jahr kommen neue hinzu. Die Bandbreite der Förderziele ist ebenso groß wie ihre Zahl; denn was zählt bei der Gründung ist der Stifterwille.

Manche Stiftungen sind ganz klein in ihrem Fördervolumen; daneben gibt es echte Giganten.

Wir wollen uns aber nur mit einer kleinen Anzahl von Stiftungen befassen und versuchen herauszufinden, ob und wenn ja welche Stiftungen für unsere Arbeit in der Selbsthilfeorganisation bei der Finanzierung eines Projektes vielleicht von Bedeutung sein können.

Da wir sicher nicht alle Fragen abschließend behandeln können, ist es wichtig herauszuarbeiten, worauf bei der Suche nach einer geeigneten Stiftung zu achten ist.

Zeit	Mittwoch	17. Oktober 2012	15.00 – 18.00 Uhr
Ort	SEKIS Bismarckstr. 101 10625 Berlin		
Leitung	Brigitte Meier-Obi		
Kosten	6 €		

Wir bitten um schriftliche Anmeldung:

**SEKIS -Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle,
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
oder per Mail: sekis@sekis-berlin.de**

22 Nachbarschaft und Selbsthilfe

Initiierung von Gesprächskreisen zum Aufbau informeller Hilfenetze

Selbsthilfegruppen entstehen in der Regel zu ihrem Thema, ohne einen räumlichen Bezug. Immer häufiger aber fragen Betroffene auch nach Menschen mit der gleichen Krankheit in ihrer Nachbarschaft. Sie suchen nicht nur den inhaltlichen Austausch, sondern auch eine Form wechselseitiger Unterstützung, die eng an den Alltag heran reicht.

Wie solche Gruppen aufgebaut werden können, ist Gegenstand des Angebots. Vermittelt werden Grundlagen zum Aufbau von Gesprächskreisen, die Keimzelle für eine nachbarschaftlich orientierte Selbsthilfe sein kann.

Wir wollen Einzelpersonen ansprechen, die zu einem bestimmten Thema (z.B. einer Krankheit oder der Frage des Älterwerdens) in ihrem persönlichen Umfeld einen unterstützenden Zusammenhalt finden wollen oder die bereit sind, solche Initiativen mit anderen aufzubauen.

Haben Sie auch schon seit langem das Interesse und Bedürfnis in Ihrer Nachbarschaft mehr Menschen besser kennen zu lernen und möchten jetzt die ersten Schritte wagen?

Dann können Sie die wesentlichsten Fragen in diesem Gesprächskreis besprechen und sich im Gruppengeschehen erleben.

Was ist mir in einer Gruppe wichtig? Wie erreiche ich eine Balance zwischen Nähe und Distanz? Wie geht es mir mit der Spannung zwischen „Helfen“ und „Sich-Helfen-Lassen“? Wie verlaufen Gruppenprozesse?

Die Gründung von Selbsthilfegruppen z.B. für kranke Menschen in ihrem nachbarschaftlichen Umfeld setzt voraus, dass nicht nur die Bewältigung von Krankheit, sondern auch die Vorstellungen von Nachbarschaft thematisiert werden sollten.

Ist mehr nachbarschaftlicher Zusammenhalt auch für Sie vorstellbar und wünschenswert - aber Sie wissen noch nicht so genau wie sie vorgehen sollen?

Welche Gruppe suche ich? Wie kann ich die Gruppenbildung unterstützen? Welche Fragen und Herausforderungen werden sich der Gruppe stellen? Wie organisiere ich eine Gruppe?

Teilnahme max. 12 Teilnehmende

Zeitraumen 6 Termine von zwei Stunden

Zeit Mittwoch 16.+30. Mai 2012, 06.+20. Juni 2012, 04.+18. Juli 2012
vierzehntägig 18.00 – 20.00 Uhr

Ort SEKIS
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

Leitung Bettina Lobenberg

Kosten 20 €

Wir bitten um schriftliche Anmeldung:

SEKIS -Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
oder per Mail: sekis@sekis-berlin.de

Interessen vertreten

23 Berliner Selbsthilfe-Forum chronisch kranker und behinderter Menschen

„Gesundheitspolitik nicht über unsere Köpfe hinweg“

SEKIS unterstützt nicht nur Einzelpersonen auf der Suche nach Gruppen und anderen Betroffenen, SEKIS ist auch Plattform für die Anliegen der Betroffenen und Ort der Vernetzung. Um den Anliegen der organisierten Gruppen Öffentlichkeit und Gehör zu verschaffen, organisiert SEKIS das 'Berliner Selbsthilfe-Forum chronisch kranker und behinderter Menschen'.

Das Selbsthilfe-Forum hat das Ziel, Sprachrohr der Berliner Selbsthilfe-Initiativen im Gesundheitsbereich zu sein. Es dient der Verknüpfung der Gruppen unterschiedlicher Themenfelder untereinander und der Zusammenfassung gemeinsamer Interessen. Das Selbsthilfe-Forum soll Gelegenheit für die Formulierung abgestimmter Strategien zur Durchsetzung von Gesundheits- und Versorgungsinteressen sein.

Ziele des Selbsthilfe-Forums sind daher:

- wechselseitiges Kennenlernen unterschiedlicher Organisationen
- Qualifizierung durch Erfahrungsaustausch zur jeweiligen Arbeit
- Sammlung und Bündelung von gemeinsamen Anliegen
- Verbesserung der Zusammenarbeit untereinander
- Abstimmung gemeinsamer Vorhaben und Öffentlichkeitsarbeit
- Beteiligung an aktuellen Diskussionen
- Verbesserung der Qualität gesundheitlicher Versorgung aus Patientensicht
- Stärkung der Patienteninteressen in der Selbsthilfe

Zeit zweimal jährlich 15.00 – 18.00 Uhr
Termine bitte erfragen

Ort AOK Nordost | Wilhelmstr. 1 | 10963 Berlin

Leitung SEKIS, Karin Stötzner
Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin, Hartwig Eisel

Kosten keine

Wir bitten um schriftliche Anmeldung bei SEKIS
oder per Mail stoetzner@sekis-berlin.de
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
Infos unter Tel 890 285 33

24 Berliner Selbsthilfe-Kongress 2012

Mit der Jahrestagung „Berliner Selbsthilfe-Kongress 2012“ wird der Selbsthilfe eine Plattform für aktuelle Diskussionen und Themen geboten, die sowohl innerhalb der Selbsthilfe, als auch mit ihren Partnern auf der Tagesordnung stehen.

Im Jahr 2012 soll der Frage nachgegangen werden, was Selbsthilfe in einer sich wandelnden Gesellschaft ist. In Vorbereitung sind Kongressbeiträge z.B. zu folgenden Themen:

- Soziale Bewegung in digitalen Zeiten - Was kann die Selbsthilfe von „PIRATEN“ lernen?
- Anders denken: Wirtschaftliche Selbsthilfe
- Selbsthilfe als Versorgungspartner im Gesundheitswesen
- Kompetenz und Selbstbehauptung – Wissen und Wissensvermittlung in der Selbsthilfe
- Inklusion und Empowerment
- Beteiligung und Verantwortung – Themen und Gremien der Mitsprache.

Zeit Sommer 2012
Termine bitte erfragen

Ort bitte erfragen

Planung | Verantwortung
SEKIS – Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle
Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin
Landesstelle Suchtfragen Berlin
Forum Chronisch Kranker im Paritätischen

In Zusammenarbeit mit
Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassen und Kassenverbände Berlin

Kosten 20 € pro teilnehmender Person

Wir bitten um schriftliche Anmeldung bei SEKIS
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
oder per Mail sekis@sekis-berlin.de
Infos unter Tel 890 285 33

25 Mitsprache und Beteiligung

Netzwerke und Gremien der Partizipation für die Selbsthilfe

In Selbsthilfegruppen und Organisationen finden sich „Experten in eigener Sache“. Betroffene z.B. von bestimmten Krankheiten bündeln über Jahre das Erfahrungswissen von Kranken, Behinderten und ihren Angehörigen. Diese Expertise wird mehr und mehr anerkannt und zur Vertretung der Interessen der jeweiligen Gruppe in Foren und Netzwerken der Gesundheits- und Sozialpolitik eingebunden. Selbsthilfeorganisationen fordern umfassende Beteiligung in den wichtigsten Gremien der Gesundheitsversorgung und haben sich dafür ihre eigenen Abstimmungsforen und Beteiligungskonventionen geschaffen. Für einige gibt es inzwischen gesetzliche Grundlagen, für andere bestehen eher informelle Mitsprachemöglichkeiten.

Das Seminar gibt einen Überblick über Beteiligungs- und Partizipationsmodelle für die Selbsthilfe. Dabei geht es z.B. um

- Patientenbeteiligung im Gemeinsamen Bundesausschuss
- Regelungen in der Patientenbeteiligungsverordnung
- Beteiligung an der gesundheitlichen Qualitätssicherung
- Zulassungs- und Berufungsausschüsse zur ärztlichen Versorgung
- Krankenhausbeirat
- Landesgesundheitskonferenz
- Lokale Gremien

Beteiligte aus den Gremien bringen ihre Erfahrungen mit ein.

Zeit **Februar 2012, Termin bitte erfragen** **15.00 – 18.00 Uhr**

Ort **SEKIS**

Leitung **Karin Stötzner, NN**

Kosten **6 €**

Wir bitten um schriftliche Anmeldung bei SEKIS

oder per Mail stoetzner@sekis-berlin.de

Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

Infos unter Tel 890 285 33

Kooperation fördern

26 Zusammenarbeit von Selbsthilfe und Krankenhäusern

Die Selbsthilfe hat sich als ergänzender Bereich der gesundheitlichen Versorgung' - neben Leistungsanbietern und dem privaten Bereich familiärer Gesundheitsvorsorge - inzwischen etabliert und ist als solche anerkannt. Fachleute im Gesundheitswesen wissen – nach anfänglicher Skepsis – die Leistungen der engagierten Betroffenen immer mehr zu schätzen. Sie haben die Erfahrung gemacht, dass eine Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe zu verbesserter Passgenauigkeit medizinischer oder rehabilitativer Leistungen führen kann.

Die Bedeutung der Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen wird in den letzten Jahren auch von immer mehr Krankenhäusern und Reha-Kliniken erkannt und als komplementäre Unterstützung im Prozess der Gesundung gefördert. Je mehr die Orientierung für eine sektorenübergreifende Versorgung in den Blick gerät, umso mehr wird auch die Einbindung informeller Hilfeformen wie der Selbsthilfe in die Versorgungskette mitgedacht. Selbsthilfegruppen und Organisationen suchen ihrerseits den Kontakt zu medizinischen Experten, um ihre Arbeit durch deren Wissen zu verbessern.

Zeit **Dienstag** **23. Oktober 2012** **10.00 – 16.00 Uhr**
Ort **SEKIS Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle**
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
Leitung **Karin Stötzner, NN**
Kosten **6 €**
Wir bitten um schriftliche Anmeldung bei SEKIS
oder per Mail **stoetzner@sekis-berlin.de**
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
Infos unter **Tel 890 285 33**

27 Selbsthilfe als Partner bei der Entlassung von Patienten aus dem Krankenhaus

Ein Thema, das für die Zusammenarbeit von Kliniken und Selbsthilfe von besonderer Bedeutung sein kann, ist das Entlassungsmanagement im Krankenhaus. Seit 2007 haben Versicherte nach § 11 Abs. 4 SGB V einen Anspruch auf ein Versorgungsmanagement. Durch das Pflegeweiterentwicklungsgesetz wird die Verpflichtung in § 11 Abs. 4 weiter konkretisiert.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Sozialdiensten beklagen und beschreiben seit langem ebenso wie die Mitglieder aus Selbsthilfegruppen die Erfahrung, dass Patienten mit schweren Erkrankungen im Krankenhaus (z.B. Krebspatient/innen) dankbar für Informationen zu ergänzenden Unterstützungsangeboten nach dem Krankenhausaufenthalt sind. Viele verweisen darauf, dass sie zu wenig darüber erfahren, wohin man sich jenseits der ärztlichen Behandlung wenden kann. Vor allem fehlen Informationsmaterialien.

Die Selbsthilfe mit ihrer großen Bedeutung im Bereich der psychosozialen gegenseitigen Hilfe und den vielfältigen Beratungsangeboten ist inzwischen anerkannter Teil der „Nachsorge“. Aus den Berichten der Selbsthilfegruppen wissen wir jedoch, dass die Übergänge zum Teil katastrophal geregelt sind. Wichtiger ist aber vor allem die Vernetzung und aktive Zusammenarbeit der beteiligten Dienste an der Schnittstelle Krankenhausentlassung, in die auch die Information über und die Zusammenarbeit mit Selbsthilfe strukturiert eingebunden werden sollte.

Welche Wege und Formen der verbindlichen Zusammenarbeit können hier für mehr Patientenorientierung gefunden werden?

Zeit **Dienstag XX. März 2012 10.00 – 16.00 Uhr**
Ort **SEKIS Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle**
 Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
Leitung **Karin Stötzner, NN**
Wir bitten um schriftliche Anmeldung bei SEKIS
 oder per Mail über stoetzn@sekis-berlin.de
 Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
 Infos unter Tel 890 285 33

Selbsthilfe und Internet

28 Internetgestützte Selbsthilfe

Seminar für Einsteiger

Das Internet ist auf verschiedenste Weise mit dem Selbsthilfeengagement verknüpft. Das reicht von der einfachen Gruppen-Webseite bis hin zu Online-Veranstaltungen und komplexen Austausch-Plattformen.

- Wie funktioniert Internet-Selbsthilfe?
- Was kann man selber machen?
- Wann sollte man über eine Kooperation nachdenken?
- Worauf sollte man im Internet immer achten?
- Wie kann ich das Internet für die Öffentlichkeitsarbeit nutzen?

Anhand von Beispielen werden Möglichkeiten für ein eigenes Engagement im Web vorgestellt. Wer bereits konkrete Pläne für ein neues Angebot im Internet hat, kann diese gerne mitbringen. Wir werden das gemeinsam diskutieren.

Außerdem gebe ich kurze Informationen zu den Angeboten und gegenwärtigen Planungen der Berliner Selbsthilfekontaktstellen und der NAKOS. Wer hat, bringt bitte einen Laptop mit.

Zeit Termin voraussichtlich Ende Juli, bitte erfragen
15.00 – 18.00 Uhr

Ort KIS im Stadtteilzentrum am Teutoburger Platz
Fehrbelliner Str. 92 | 10119 Berlin

Leitung Daniel Pilgrim
Büro für Soziale Publizistik & Kommunikation

Kosten 12 €

Wir bitten um Anmeldung bei KIS
Tel 4434317

29 Finden was man wissen will!

Gesundheitsinformationen im Internet

Ob in der eigenen Gruppenarbeit oder im Kontakt mit Medien – Aufklärung und Information spielen eine wichtige Rolle in der Selbsthilfe. Das Internet bietet eine Vielzahl von aktuellen Informationen und Publikationen, die auch für die eigene Arbeit verwendet werden können. Oft erfahren wir erst aus den Nachrichten von Themen die uns interessieren oder wünschsten, häufiger etwas zu hören. Zudem fällt es uns schwer, den Wert einer bestimmten Information zu beurteilen.

Im Seminar wollen wir besprechen, wie sich aktuelle Informationen schnell und unkompliziert finden lassen und besprechen wichtige und zuverlässige Quellen für Gesundheits- und Patienten-Informationen.

Zeit	Donnerstag	21. Juni 2012	17.00 – 19.00 Uhr
Ort	SEKIS Bismarckstr. 101 10625 Berlin		
Leitung	Daniel Pilgrim Büro für Soziale Publizistik & Kommunikation		
Kosten	6 €		
Wir bitten um Anmeldung bei KIS			
	im Stadtteilzentrum am Teutoburger Platz Fehrbelliner Str. 92, 10119 Berlin Tel 030 4434317		

30 Gänzlich im Bilde

Bildrechte in Print und Web

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte! Ob in Flyern, Broschüren oder auf der eigenen Webseite – Fotos und Grafiken ermöglichen einen schnellen und direkten Zugang zum Thema und spielen eine zentrale Rolle in der eigenen Öffentlichkeitsarbeit. Auch Journalisten schätzen es, wenn sie mit einer Pressemitteilung auch gleich ein Bild erhalten. Nicht selten sind wir jedoch unsicher, ob ein bestimmtes Foto nun verwendet werden darf, oder nicht.

Im Seminar wollen wir anhand praktischer Beispiele besprechen, worauf bei der Verwendung, beim Kauf und beim Fotografieren geachtet werden sollte und was man tun kann, wenn doch einmal der Ernstfall eintritt. Keine Rechtsberatung!

Zeit Donnerstag 10. Mai 2012 17.00 – 19.00 Uhr
Ort KIS im Stadtteilzentrum am Teutoburger Platz,
Fehrbelliner Str. 92 | 10119 Berlin
Leitung Daniel Pilgrim
Büro für Soziale Publizistik & Kommunikation
Kosten 12 €
Wir bitten um Anmeldung bei KIS
im Stadtteilzentrum am Teutoburger Platz
Fehrbelliner Str. 92, 10119 Berlin,
Tel 030 4434317

Selbsthilfe, Engagement und Pflege

31 Pflegeunterstützung: Basis-Schulung für Ehrenamtliche

Schulungen für Ehrenamtliche der Berliner Kontaktstellen PflegeEngagement für pflegeflankierendes Ehrenamt und Selbsthilfe

In 2012 werden drei Schulungsreihen für ehrenamtlich engagierte Menschen im Bereich häuslicher Pflege durchgeführt. Die Schulung vermittelt Grundlagen zur Unterstützung familiärer Pflegearrangements und Nachbarschaftshilfen oder für die Begleitung von Gesprächs- und Selbsthilfegruppen mit dem Themenschwerpunkt Pflege.

Ehrenamtlich oder freiwillig engagierte Menschen werden zur Unterstützung in vielen Bereichen der häuslichen Pflege dringend gebraucht, um Hilfe- und Pflegebedürftige, Menschen mit hohem Betreuungsbedarf und deren Angehörige zu begleiten und/oder zu entlasten. Dabei geht es um die Stärkung des Selbsthilfepotenzials und die Sicherung von Selbstbestimmung sowie sozialer Teilhabe. Wohnortnahe informelle Hilfenetze können den Verbleib in der eigenen Häuslichkeit oder in der Familie verlängern.

Doch dabei entstehen viele Fragen, die am besten im Vorfeld eines Engagements geklärt werden, um den Ehrenamtlichen Sicherheit und notwendiges Wissen mit auf den Weg zu geben.

Neben dem Erwerb oder der Auffrischung von erforderlichen Kenntnissen für ein Engagement werden das Teamgefühl, die Identifikation mit den Zielen der Kontaktstellen und der Austausch untereinander gefördert.

Die Basisschulungen mit einem Umfang von 20 Stunden (á 60 Minuten) finden jeweils an acht aufeinanderfolgenden Nachmittagen statt. Im Anschluss daran werden Zusatzqualifikationen je nach geplantes Einsatzgebiet angeboten (jeweils 10 Stunden á 60 Minuten). Hierfür sind zwei bis drei Veranstaltungen geplant. Die Ehrenamtlichen wählen je ein Modul aus den Bereichen Einsatzgebiet und Zielgruppe aus.

Das Schulungskonzept entstand in Zusammenarbeit von den Kontaktstellen PflegeEngagement und dem Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung in Berlin.

Die Kontaktstellen PflegeEngagement und das Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung werden von der Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales, den Landesverbänden der Pflegekassen in Berlin und dem Verband der privaten Krankenkassenversicherung e.V. gefördert.

Modul 1 Kontaktstellen PflegeEngagement **Was bieten die Berliner Kontaktstellen PflegeEngagement**

Die Seminarreihe startet mit der Vorstellung der Kontaktstellen PflegeEngagement und der Information über Einsatzmöglichkeiten für Ehrenamtliche. Es geht ums Kennenlernen der Teilnehmer/innen sowie den Austausch zu Motivation und Erwartungen

Es findet eine kurze Einführung in das Aufgabengebiet der Kontaktstellen statt und die Mitarbeiter/innen stellen sich vor. Die unterschiedlichen Einsatzmöglichkeiten - Alltagsbegleitung von Pflegebedürftigen aller Altersgruppen, Angehörigenbegleitung, Unterstützung und Begleitung von Selbsthilfegruppen insbesondere von pflegenden Angehörigen - werden erläutert. Zu Beginn der Schulungsreihe lernen die Teilnehmer/innen sich untereinander kennen und bekommen die Möglichkeit, ihre Erfahrungen und Erwartungen an ihr Engagement auszutauschen.

(2 Stunden)

Modul 2 Rahmenbedingungen des Ehrenamtes

Das Ehrenamt im Bereich der Pflege, Rahmenbedingungen, Möglichkeiten und Grenzen des Ehrenamts

Unser Gesundheitswesen befindet sich im Wandel und muss auf die demographische Entwicklung der letzten und kommenden Jahre reagieren, um auch zukünftig eine qualitativ hochwertige Versorgung pflegebedürftiger Menschen zu gewährleisten. Die Gesellschaft kann und wird auf den Einsatz und das Engagement ehrenamtlicher Helfer/innen langfristig nicht verzichten können. Nachbarschaftshilfe und ehrenamtliche Strukturen müssen stärker ermöglicht und gefördert werden. Zu folgenden Fragen wollen wir uns mit Ihnen auseinander setzen:

Was bedeutet der demographische Wandel heute und zukünftig?

Welche Rolle können ehrenamtlich engagierte Menschen im Bereich der Pflegeunterstützung einnehmen - Möglichkeiten und Grenzen?

Welche Rahmenbedingungen begleiten ein ehrenamtliches Engagement in diesem Bereich?

(3 Stunden)

Modul 3 Pflegebedürftigkeit und Unterstützungsbedarf im Alltag

Das Modul informiert über die Inhalte des Pflegeversicherungsgesetzes.

Wie wird der Begriff „Pflegebedürftigkeit“ definiert und die Zuordnung zu den einzelnen Pflegestufen vorgenommen?

Wem stehen Leistungen der Pflegeversicherung zu und wie werden sie beantragt?

Welche Unterstützung bietet die Pflegeversicherung für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige?

(2,5 Stunden)

Modul 4 Situation von pflegenden Angehörigen Spannungsfelder in der Familie, Förderung von Selbstpflege und Selbstbestimmung, Teilhabe

In diesem Modul sollen Sie einen Eindruck vom Alltag in einer Familie mit einem pflegebedürftigen Menschen gewinnen. Wer als z.B. als Angehörigenbegleiter eine Familie unterstützen möchte, sollte zunächst deren Situation verstehen.

Die Entscheidung, einen Angehörigen zu versorgen, hat Auswirkungen auf das eigene Leben und das Familienleben insgesamt. Durch die neue Situation, auf die sich alle einstellen müssen, können Konflikte auftreten, die nicht nur die unmittelbare Familie betreffen, sondern Freunde und Bekannte mit einschließen können. Hilfe anzunehmen, ist für pflegende Angehörige oft nicht leicht. Sie sind die Experten, tragen die Hauptverantwortung für den Pflegebedürftigen und sehen sich selbst nicht gern in der Rolle des Hilfsempfängers. Sie definieren sich eher als eine Person, die eine besondere und zuweilen schwierige Aufgabe erfüllt.

Viele pflegende Angehörige vernachlässigen auf lange Sicht die eigenen Bedürfnisse, denn die Pflegesituation fordert von ihnen große Kraftanstrengungen. Sie nehmen sich wenig Zeit für sich selbst, können nicht mehr abschalten, haben immer weniger Anlass zur Freude.

Wir wollen uns in diesem Modul mit der Frage beschäftigen, was Sie als ehrenamtliche/r Helfer/in beitragen können, um die Lebensqualität der betroffenen Familien zu verbessern.

(2,5 Stunden)

Modul 5 Kommunikation und Gesprächsführung Umgang mit Krisen und Konflikten

Ziel des Moduls ist es, sich mit menschlicher Wahrnehmung und Kommunikation auseinanderzusetzen und die Teilnehmer/innen in ihrer Selbstreflexion zu stärken. Wie gelingt es, in Gesprächen mit Angehörigen und pflegebedürftigen Menschen eine hilfreiche Rolle einzunehmen? Wie funktioniert z.B. aktives Zuhören? Zum anderen werden gemeinsam Lösungen für Krisen und Konfliktsituationen erarbeitet.

(3 Stunden)

Modul 6 Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

Wer soll für mich entscheiden, wenn mein Gesundheitszustand eigene Entscheidungen nicht mehr zulässt? Welchen medizinischen Behandlungen und Therapien möchte ich mich unterziehen und welchen auf keinen Fall?

In der Regel ist ein Mensch ab dem 18. Geburtstag in Deutschland voll geschäftsfähig. Das bedeutet auch, dass nur er selbst für seine Person rechtlich bindende Willenserklärungen abgeben kann. Unfall, Krankheit, Behinderung etc. können die eigene Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit einschränken. Was nun?

Diese Fragen stellen sich viele pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige, aber sicher auch Sie.

Wenn sicher sein soll, dass auch in solchen Situationen der eigene Wille durchgesetzt wird, muss in gesunden Tagen Vorsorge getroffen werden. In diesem Modul werden daher Vorsorgevollmachten, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung vorgestellt und das geltende Betreuungsrecht erläutert. Es werden Tipps gegeben, worauf besonders zu achten ist und wo in Berlin ausführliche Beratung angeboten wird.

(2 Stunden)

Modul 7 Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

Wenn Heilung versagt, kann die Situation entstehen, dass ehrenamtliche Mitarbeiter/innen erkrankte Menschen auf ihrer letzten Wegstrecke im Leben begleiten und deren Angehörige und Freunde unterstützen. Dabei stehen verschiedenste Bedürfnisse der Sterbenden und ihrer Angehörigen im Mittelpunkt der Begleitung.

Um sterbenden Menschen und deren Angehörigen gerecht zu werden, ist es wichtig, sich mit bestimmten Prozessen auseinander zu setzen. Eine angemessene Begleitung setzt voraus, die Bedürfnisse und Gefühle des Sterbenden vollständig zu akzeptieren auf sie einzugehen. Mit einer guten Kommunikation können Betroffene begleitet und unterstützt werden.

(3 Stunden)

Modul 8 Notfallsituationen Reflexion der Fortbildung, Zertifikatsübergabe

In der letzten Veranstaltung der Basisqualifikation werden Ihnen Hinweise zum Umgang mit und in Notfallsituationen gegeben.

Sie erhalten die Möglichkeit, den Nutzen der Schulung für sich zu reflektieren und sie zu beurteilen. Es bleibt Zeit, offen gebliebene Fragen und weiteren Schulungsbedarf zu klären. Gemeinsam mit Ihnen wollen wir Ihr Engagement während der Veranstaltungen feiern und Ihnen zum Abschluss das Zertifikat für Ihre Teilnahme überreichen.

(3 Stunden)

Zusatzqualifikationen finden statt zu den

Einsatzfeldern

- Angehörigenbegleitung oder Begleitung Betroffener
- Gruppenbegleitung und

(5 Stunden)

Zielgruppen (Krankheitsbilder und Umgang)

- Kinder und Jugendliche
- Ältere Menschen.

(5 Stunden)

Die Teilnahme an der Schulung ist für Personen, die sich im Rahmen der Engagementmöglichkeiten der Kontaktstellen ehrenamtlich engagieren möchten, grundsätzlich verpflichtend. Es ist zudem ein Unterstützungsangebot für bestehende Ehrenamtsnetze, die sich wohnortnah für die Bewohner im Kiez engagieren, um ihnen in ihrem häuslichen Umfeld behilflich zu sein. Abschließend erhalten die Teilnehmer/innen ein Zertifikat über die Inhalte und die Teilnahme an den besuchten Veranstaltungen. Organisiert werden sie im Zusammenschluss von je vier Kontaktstellen PflegeEngagement in bezirklicher Nachbarschaft und dem Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung. Die Schulungen werden regelmäßig evaluiert und weiterentwickelt.

Basisschulung (8 Termine, 20 Stunden) und Zusatzqualifikation (2-3 Termine, 10 Stunden)

Basisschulung für die Bezirke Pankow, Reinickendorf, Mitte, Neukölln

Termine: jeden Dienstag ab 16.00 Uhr; Beginn 17.01.2012

Zusatzqualifikation I: Termine nach Absprache (März 2012)

Basisschulung für die Bezirke

Spandau, Charlottenburg-Wilmersdorf, Steglitz-Zehlendorf, Tempelhof-Schöneberg

Termine: jeden Dienstag ab 16.00 Uhr; Beginn 17.04.2012

Zusatzqualifikation II: Termine nach Absprache (Juni 2012)

Basisschulung für die Bezirke

Treptow-Köpenick, Lichtenberg, Marzahn-Hellersdorf, Friedrichshain-Kreuzberg

Termine: jeden Dienstag ab 16.00 Uhr; Beginn 04.09.2012

Zusatzqualifikation III: Termine nach Absprache (November 2012)

Nähere Informationen zu Dozenten, Terminen und Veranstaltungsorten erhalten Sie in Ihrer bezirklichen Kontaktstelle PflegeEngagement oder beim Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung Anfang 2012.

Kosten: für Ehrenamtliche keine

Wir bitten um Anmeldung bei:
Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung
Bismarckstraße 101, 10625 Berlin
Silke Migala
Tel.: 89 02 85 36 oder
Mail: migala@sekis-berlin.de

Der Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin stellt sich vor



Der Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin wurde im Jahr 2004 gegründet und sieht seine Hauptaufgabe in der Weiterentwicklung von geeigneten Fortbildungskonzepten für die Selbsthilfe. Er setzt sich zusammen aus Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Selbsthilfekontaktstellen Mitte, Reinickendorf und Steglitz-Zehlendorf sowie Mitgliedern von Selbsthilfegruppen. Der Arbeitskreis organisiert neben Fortbildungen auch Gesamttreffen und Tagungen zu verschiedenen Themen der Selbsthilfe.

Birgit Sowade,

Dipl. Sozialpädagogin, Gestaltpädagogin - Selbsthilfekontaktstelle Mitte

Petra Glasmeyer,

Dipl. Sozialpädagogin – Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf

Götz Liefert,

Diplompädagoge, Supervisor – freiberuflicher Mitarbeiter des Arbeitskreises,
bis 2011 Leiter des Selbsthilfetreffpunkts Siemensstadt

Hanne Theurich,

Dipl. Sozialpädagogin, Supervisorin – Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf

Ruth Uzelino,

Dipl. Sozialpädagogin - Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf

Sabine von Wegerer,

Leiterin der Beratungsstelle für Hepatitis-Betroffene

Susanne Fischer,

Leiterin der Selbsthilfegruppe „Neue Wege gehen“, Mitglied im Forum Angst und Depression

Redaktion für die Bereiche

Selbsthilfe Karin Stötzner

Dipl. Soziologin – SEKIS Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle

Pflegeunterstützung Silke Migala

Pflegewissenschaftlerin (M.Sc.) – Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung

Die Kontaktstellen in selko e.V.

Selbsthilfe-Kontaktstellen

Selbsthilfe-Kontaktstellen unterstützen Selbsthilfegruppen.
Sie

- beraten Interessierte an Selbsthilfe
- leisten Hilfe bei der Gruppengründung
- begleiten Initiativen
- bieten Vernetzung und Fortbildung
- stellen Räume für Gruppentreffen an
- organisieren Veranstaltungen

Berlin zentral

SEKIS

Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle
Bismarckstr. 101
10625 Berlin (Charlottenburg)
Tel 892 66 02
Fax 89 02 85 40
sekis@sekis-berlin.de
www.sekis-berlin.de
Mo 12-16 Uhr, Mi 10-14, Do 14-18 Uhr

Charlottenburg–Wilmerdorf

Selbsthilfekontaktstelle
Charlottenburg-Wilmerdorf
im Nachbarschaftshaus am Lietzensee e.V.
Herbartstr.25
14057 Berlin (Charlottenburg)
Tel 30 30 65 12
Fax 30 30 65 13
selbsthilfe@nbh-lietzensee.de
www.nbh-lietzensee.de
Mo 14-17 Uhr, Di 10-13 Uhr, Do 15-18 Uhr

Friedrichshain - Kreuzberg

Selbsthilfekontaktstelle Friedrichshain
Boxhagener Str.89
10245 Berlin (Friedrichshain)
Tel: 291 83 48
Fax 29 04 96 62
info@selbsthilfe-treffpunkt.de
www.selbsthilfe-treffpunkt.de
Di + Fr 10-13 Uhr, Mi + Do 15-18 Uhr

Lichtenberg

Selbsthilfe Kontakt- und Beratungsstelle Lichtenberg
Ahrenshooper Str.5
13051 Berlin (Hohenschönhausen)
Tel 962 10 33
Fax 36 46 27 36
Info@selbsthilfe-lichtenberg.de
www.selbsthilfe-lichtenberg.de
Mo + Fr 9-12 Uhr, Di 15-18 Uhr

Lichtenberg

Selbsthilfetreff Synapse
Schulze-Boysen-Str. 38
10365 Berlin (Lichtenberg)
Tel 55 49 18 92
Fax 51066005
selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de
www.kiezspinne.de
Mo 14-17 Uhr

Marzahn - Hellersdorf

Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Marzahn - Hellersdorf
Alt-Marzahn 59 A
12685 Berlin (Marzahn)
Tel 54 25 103
Fax 540 68 85
selbsthilfe@wuhletal.de
www.wuhletal.de
Mo 13-17 Uhr, Di 16-19 Uhr, Fr 9-11 Uhr

Hellersdorf

Selbsthilfe im Stadtteilzentrum
Pestalozzi-Treff
Pestalozzistraße 1a
12623 Berlin (Mahlsdorf)
Tel 56 58 69 20
pestalozzitreff@mut-gesundheit.de
www.mut-gesundheit.de

Mitte

Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte StadtRand gGmbH
Perleberger Straße 44
10559 Berlin (Moabit)
Tel 394 63 64
Fax 394 64 85
kontakt@stadtrand-berlin.de
www.stadtrand-berlin.de
Mo + Di 10-14 Uhr, Do 15-18 Uhr
Mi 10-13 Uhr in türkischer Sprache

Neukölln

Selbsthilfezentrum Neukölln
Standort Neukölln-Nord
Hertzbergstr.22
12055 Berlin (Rixdorf)
Tel 681 60 64
Fax 681 60 68
info@selbsthilfe-neukoelln.de
www.selbsthilfe-neukoelln.de
Mo + Mi 16-19 Uhr, Di + Do 10-13 Uhr

Neukölln – Gropiusstadt

Standort Neukölln-Süd
Lipschitzallee 80
12353 Berlin (Gropiusstadt)
Tel 605 66 00
Fax 605 68 99
SHKGropiusstadt@t-online.de
www.selbsthilfe-neukoelln.de
Mo + Fr 11-15 Uhr, Di + Do 13-17 Uhr

Pankow

KIS Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfe in Prenzlauer Berg
Fehrbelliner Str. 92
10119 Berlin (Prenzlauer Berg)
Tel 44 34 3 17
Fax 44 34 04 78
kis@hvd-berlin.de
www.KISBerlin.de
Mo + Di 10-13 Uhr, Mi + Do 15-18 Uhr

KIS Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfe in Pankow im Stadtteilzentrum Pankow
Schönholzer Str. 10
13187 Berlin (Pankow)
Tel 499 870 910
selbsthilfe@stz-pankow.de
www.stz-pankow.de
Mo 15-18 Uhr, Do 10-13 Uhr

Pankow – Buch

Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum
Gesindehaus Buch
Alt-Buch 51
13125 Berlin (Buch)
Tel 94154 26
shz.buch@albatrosggmbh.de
Di 15-18 Uhr, Do + Fr 10-13 Uhr

Reinickendorf

Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf
Eichhorster Weg 32,
13435 Berlin Märkisches Viertel
Tel 416 48 42
Fax 41 74 57 53
selbsthilfezentrum@unionhilfswerk.de
www.unionhilfswerk.de/selbsthilfe
Di + Do 14-18 Uhr, Mi + Fr 10-14 Uhr

Spandau

Selbsthilfetreffpunkt Mauerritze
im Kulturhaus Spandau
Mauerstr.6
13597 Berlin Altstadt Spandau
Tel 333 50 26
Fax 333 60 43
Shtmauerritze@arcor.de
www.Spandauer-Selbsthilfetreffpunkte.de
Mo 10-12:30 Uhr, Di 14-17 Uhr, Do 12 – 15:30 Uhr

Spandau – Siemensstadt

Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt
Hefnersteig 1
13629 Berlin Siemensstadt
Tel 381 70 57 und 382 40 30
Fax 38307400
Shtsiemensstadt@arcor.de
www.Spandauerselbsthilfetreffpunkte.de
Di 13-16 Uhr, Do 15-18 Uhr, Fr 10 – 13 Uhr

Steglitz - Zehlendorf

Selbsthilfekontaktstelle im
Mittelhof e.V.
Königstr. 42
14163 Berlin (Zehlendorf)
Tel 80 19 75 14
Fax 80 19 75 46
selbsthilfe@mittelhof.org
www.mittelhof.org
Mo 10 -12 u. 17-19 Uhr, Mi 16 – 18, Do 12-14 Uhr

Steglitz

Mittelhof e.V. - Standort Steglitz: Villa Folke Bernadotte
Jungfernstieg 19
12207 Berlin (Lichterfelde)
Tel 77 05 99 79
(Kontakt über Mittelhof)
Die 15-16.30 Uhr

Tempelhof - Schöneberg

Selbsthilfetreffpunkt
im Nachbarschaftsheim Schöneberg
Holsteinische Str.30
12161 Berlin (Friedenau)
Tel 85 99 51 - 30/- 33
Fax 85 99 51 11
selbsthilfe@nbhs.de
www.nbhs.de/selbsthilfe
Mo 16-20 Uhr, Di 15-18 Uhr, Do 10-14 Uhr

Treptow- Köpenick

Genossenschaftsstraße 70
12 489 Berlin Köpenick
Tel 631 09 85
Fax 631 09 85
E-mail eigeninitiative@ajb-berlin.de
Internet www.eigeninitiative-berlin.de
Mo + Di 9-13 Uhr, Do 15-19 Uhr

Kontaktstellen PflegeEngagement

Kontaktstellen PflegeEngagement unterstützen Selbsthilfe und ehrenamtliches Engagement rund um die häusliche Pflege

Charlottenburg – Wilmersdorf

SEKIS

Kontakt: Maïke Neuhaus

Tel 890 285 35

neuhaus@sekis-berlin.de

www.sekis.de

Friedrichshain – Kreuzberg

Volkssolidarität LV Berlin e.V.

Kontakt: Monika Vuong

Tel 21 23 89 87 oder 0173 / 283 95 60

monika.vuong@volkssolidaritaet.de

www.volkssolidaritaet-berlin.de

Lichtenberg

Stadtteilzentrum Kiezspinne FAS e.V.

Kontakt: Ines Drost

Tel 513 88 88

ines.drost@kiezspinne.de

www.kiezspinne.de

Marzahn – Hellersdorf

Wuhletal-Psychosoz. Zentrum gGmbH

Kontakt: Antje Willem

Tel. 54 98 84 95

pflge@wuhletal.de

www.wuhletal.de

Mitte

StadtRand gGmbH
Kontakt: Sven Kirschke
Tel. 22 19 48 58
pflegeengagement@stadtrand-berlin.de
www.stadtrand-berlin.de

Neukölln

Gesundheitszentrum Gropiusstadt e.V.
Kontakt: Marina Junghanns
Tel. 681 60 62
pflege-engagement@selbsthilfe-neukoelln.de
www.gesundheitszentrum-gropiusstadt.de

Pankow

Stadtteilzentrum Pankow – HVD LV Berlin e.V.
Kontakt: Irene Krombach
Tel. 499 870 911
pflegeengagement@stz-pankow.de
www.stadtteilzentrum-pankow.de

Reinickendorf

Unionhilfswerk Ambulante Dienste gGmbH
Kontakt: Alexandra Knorr
Tel. 417 45 752
alexandra.knorr@unionhilfswerk.de
www.unionhilfswerk.de

Spandau

Spandauer Selbsthilfetreffpunkte e.V.
Kontakt: Susanne Pohlmann
Tel. 93 62 23 80
shtsiemensstadt@arcor.de
www.spandauerselbsthilfetreffpunkte.de

Steglitz – Zehlendorf

Nachbarschaftsheim Mittelhof e.V.

Kontakt: Thorsten Schuler, Susanne Baschinski

Tel. 80 49 55 88

baschinski@mittelhof.org und schuler@mittelhof.org

www.mittelhof.org

Tempelhof – Schöneberg

Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.

Kontakt: Julia Giese

Tel. 85 99 51 25

pflgeengagement@nbhs.de

www.nbhs.de

Treptow – Köpenick

ajb gmbh - Eigeninitiative Selbsthilfe-Zentrum

Kontakt: Dorothee Kammin

Tel. 226 84 802

d.kammin@ajb-berlin.de

www.eigeninitiative-berlin.de

Anmeldungen erbitten wir über die jeweils angegebenen Adressen oder Telefon-Nummern bzw. an

SEKIS
Bismarckstr.101
10625 Berlin
Fax 030 890 285 40
Mail sekis@sekis-berlin.de

unbedingt mit Nennung des Kurses, der Nummer
und den vollständigen **Angaben zu Ihrer Person**

Name
Gruppe
Adresse
ggf. Erreichbarkeit (Tel / Mail)

Teilnahmegebühren bitte mitbringen oder überweisen auf das Konto

selko e.V.
Bank für Sozialwirtschaft
335 24 03
BLZ 100 205 00

Ebenfalls mit Nennung des Kurses, der Nummer
und vollständigen Angaben zu Ihrer Person
Rückfragen können Sie stellen unter:

Tel 030 890 285 33

Impressum

Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe
im Verein Selko e.V.
Dachverband der Berliner Selbsthilfe-Kontaktstellen

Verantwortlich:
Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe
sowie Karin Stötzner
Redaktion **SEKIS**
Bismarckstr.101 – 10625 Berlin
Tel 030 - 890 285 37
Fax 030 - 890 285 40
sekis@sekis-berlin.de

Gefördert von der Arbeitsgemeinschaft der
Berliner Krankenkassen und Kassenverbände
Gestaltung: Alexander Beck
Druck: XXXXX

Berlin Herbst 2011



Fortbildung für **Selbsthilfegruppen**

selko