



Selbsthilfe-Büro
Mülheim an der Ruhr

Inhalt

Über uns
Rahmenbedingungen
Finanzierung
Personelle Situation
Zahlen und Fakten

Jahresbericht 2023 des Selbsthilfe-Büros

Über uns

Das Selbsthilfe-Büro (SHB) Mülheim ist die zentrale Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen und Menschen, die an Selbsthilfe interessiert sind. Zahlreiche Bürger*innen, sowie professionelle Einrichtungen und Gruppen nutzen sie für ihre Anliegen.

Das SHB informiert über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen, vermittelt in bestehende Gruppen bzw. verweist parallel oder alternativ an entsprechende professionelle Hilfsangebote. Das SHB ist ein niedrigschwelliges Angebot in der Stadt Mülheim.

Das SHB ist bei der Gründung von Selbsthilfegruppen behilflich und unterstützt bestehende Gruppen, z.B. bei der Öffentlichkeitsarbeit, bei organisatorischen Fragen, bezüglich der Selbsthilfeförderung der Krankenkassen oder bei Problemen innerhalb der Gruppe.

Ein wichtiger Aufgabenbereich ist auch die Kooperation mit Facheinrichtungen im Gesundheits- und Sozialbereich, sowie die allgemeine Öffentlichkeitsarbeit zum Thema. Das SHB Mülheim besteht seit 2005. Träger der Einrichtung ist der Paritätische Wohlfahrtsverband NRW e.V.

Rahmenbedingungen

Die Räumlichkeiten des SHB befinden sich in der Geschäftsstelle der des Paritätischen Mülheim. Sie sind barrierearm zugänglich.

Personelle Situation

Das SHB war 2023 personell mit einer Fachkraft (30 Wochenstunden) ausgestattet: Lena Schütter (Sozialarbeiterin M.A.). Eine Verwaltungskraft ergänzt die Arbeit in dem SHB: Daniela Wronna mit zehn Wochenstunden.

Finanzierung

Das SHB wird durch Fördermittel der gesetzlichen Krankenkassen, kommunale Zuwendung der Stadt Mülheim, durch Spenden und durch Eigenmittel des Trägers finanziert.

Die Angebote des SHB sind grundsätzlich kostenfrei.

Zahlen und Fakten –ein Überblick

In 2023 verzeichnete das SHB 1004 eingehende Kontakte. Davon erreichten uns 473 Anfragen über E-Mail, 373 telefonisch und 157 persönlich.

Der Frauenanteil der Kontaktpersonen überwog mit knapp 68 Prozent deutlich. In Bezug auf unsere Zielgruppen der interessierten Bürger*innen, Selbsthilfegruppen und Facheinrichtungen ergab sich im letzten Jahr folgende Verteilung:

Statistik 2023	Bürger*innen	Gruppen	Fachleute/ Einrichtungen	Sonstige
Gesamt	Eingang	Eingang	Eingang	Eingang
1004	385	605	13	0



Jahresbericht 2023 des Selbsthilfe-Büros

Zahlen und Fakten - Einzelne Bereiche

Selbsthilfegruppen in Mülheim

Süchte	Körperliche Erkrankungen	Psychische Erkrankungen	Soziale Themen
22	30	10	13

In Mülheim tauschen sich regelmäßig 75 Selbsthilfegruppen zu 45 Themen aus.



Anliegen von Selbsthilfegruppen

1. Kooperationen, Gremien, Netzwerkarbeit (141), 2. Austausch aktueller Informationen (130), 3. Öffentlichkeitsarbeit (123), 4. Fragen zu KK-Förderungen und Finanzen (77)

Anfragen nach Gruppen

Süchte	Körperliche Erkrankungen	Psychische Erkrankungen	Soziale Themen
53	94	176	62

Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit

- Infoabend zu Depressionen in Kooperation mit der ev. Familienbildungsstätte MH
- Infoabend zu Suchtproblemen in der Familie in Kooperation mit der ev. Familienbildungsstätte MH
- 3 Fortbildungen für Selbsthilfe-Aktive
- 2 Runde Tische der Selbsthilfe
- 2 Gesamttreffen aller Mülheimer Selbsthilfegruppen
- Selbsthilfe-News, zweimonatlicher Newsletter
- Instagram-Auftritt gemeinsam mit der Selbsthilfe-Kontaktstelle Oberhausen

Unterstützungsstelle

In 2023 übernahm das SHB wieder die Funktion der Unterstützungsstelle im Auftrag der BKK ARGE NRW BAN im Rahmen der Selbsthilfe-Förderung. Das SHB nahm die Anträge der Selbsthilfegruppen auf Pauschalförderung an und bereitete sie für die Vergabesitzung der Gesetzlichen Krankenversicherungen in Mülheim auf. Eine Tätigkeit, die den Kontakt zu den Gruppen intensivierte.



Jahresbericht 2023 des Selbsthilfe-Büros

Kontakte zu Facheinrichtungen

Verwaltung und Politik

- Zusammenarbeit im Rahmen der Selbsthilfeförderung der Krankenkassen
- Mitarbeit in der AG Seelische Gesundheit
- Mitarbeit in der AG Nachbarschaft
- Mitarbeit in dem KipE Netzwerk
- Mitarbeit in dem AK PsAk
- Mitarbeit beim Runden Tisch gegen häusliche Gewalt

Fachgremien

- Mitarbeit im Landesarbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW (LAK)
- Mitarbeit in der AG Interkulturelle Öffnung der SHK

Gruppengründungen 2023

Im Jahr 2023 gab es 10 Gründungsinitiativen von Selbsthilfegruppen. Gründungsinitiativen gab es zu folgenden Themen (von denen die fett gedruckten zu Stande gekommen sind):

Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen

FASD Betroffene

Kaufsucht

Krebserkrankungen

Missbrauch in der Kindheit

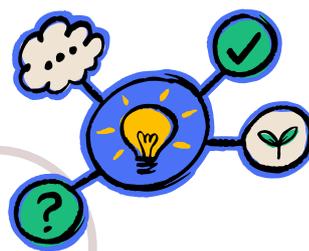
Mütter-Empowerment

Schizophrenie

Sexualisierte Gewalt an Frauen

Angehörige von Menschen in toxischen Beziehungen

Long Covid



Unterstützung von Selbsthilfe-Aktiven im Rahmen von **Fortbildungen**: Pressearbeit, Umgang mit herausforderndem Verhalten, Generationenwechsel

Impressum

Selbsthilfe-Büro Mülheim

Redaktion:

Lena Schütter

Stand: Januar 2024, Fotos: Canva

Kontakt

Selbsthilfe-Büro Mülheim an der Ruhr

Tourainer Ring 4 | 45468 Mülheim

Tel.: 0208 300 48 14

selbsthilfe-muelheim@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-muelheim-an-der-ruhr.de