

Ambulante
Pflege

Demenz-
Beratung

Mobile
Dienste

Essen auf
Rädern

Persönliche
Behinderten-
assistenz

Selbsthilfe

„eigenständig, versorgt, zufrieden“

Ausgabe 1/19

SelbsthilfeMagazin

Hildesheim Alfeld

Hildesheimer Butcher / Selbsthilfe im Blick



Eine Begleitung durch geschulte Ehrenamtliche mit Gruppenerfahrung finden viele Gründerinnen und Gründer von Selbsthilfegruppen ermutigend – aus diesem Grund gibt es die In-Gang-Setzer.

**Paritätischer Wohlfahrtsverband
Hildesheim-Alfeld**

Tel.: 05121 7416-0

www.hildesheim.paraetaetischer.de

Tel.: 05181 8435-0

www.alfeld.paraetaetischer.de

Paritätischer Hildesheim-Alfeld, Lilly-Reich-Straße 5, 31137 Hildesheim,
Fax: 05121 7416-20, E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paraetaetischer.de

 **DER PARITÄTISCHE
HILDESHEIM-ALFELD**

Liebe Leserinnen und Leser,

1000 neu gegründete Selbsthilfegruppen – das ist das Ergebnis aus über zehn Jahren „In-Gang-Setzer-Arbeit“. Als sich die Selbsthilfegruppe für Angehörige von an einer Depression erkrankten Menschen in Lengerich gründete, war ihnen wohl nicht bewusst, welch historisches Ereignis mit ihrer Gründung einherging – nämlich die eintausendste Gruppengründung im Rahmen des Projektes „In-Gang-Setzung“.

Seit über zehn Jahren begleiten und unterstützen Ehrenamtliche aus Selbsthilfe-Kontaktstellen in ganz Deutschland neue Selbsthilfegruppen in der Gründung und im weiteren Gruppenprozess. Sie werden zunächst durch eine spezielle Schulung auf ihre ehrenamtliche Arbeit als „In-Gang-Setzer“ vorbereitet.

Während ihrer Arbeit liegt der Fokus nicht allein auf bestimmten Methoden, die vermittelt werden sollen, sondern insbesondere darauf, die Mitglieder in ihrer Gruppenstruktur und eigenständigen Zusammenarbeit zu stärken. Die Erfolgsrate der ehrenamtlichen „In-Gang-Setzer“ liegt bei 70 Prozent. Mittlerweile sind bereits vierzig Kontaktstellen an der „In-Gang-Setzung“ beteiligt, die eindrucksvoll den Erfolg des Projektes belegen.

Wir danken allen ehrenamtlichen „In-Gang-Setzer/innen“ und wünschen allen Beteiligten weiterhin viel Freude und Erfolg bei der Umsetzung des Projektes!

Esther Kusch

KIBIS-Förderer

Die KIBIS und ihre Aktivitäten werden gefördert und unterstützt von:

- Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit
- GKV Gemeinschaftsförderung, Selbsthilfe Niedersachsen (GKV-GSN)
- Landkreis Hildesheim
- Stadt Hildesheim
- Der Paritätische Niedersachsen
- BKK Dachverband
- BKK LV NORDWEST

Themen in dieser Ausgabe Seite

Editorial	2
In-Gang-Setzer	3
Mit chronischen Schmerzen leben	4
Impressum/Neue Gruppen	6
Auf einen Blick	7-10
Familien in Not	11
Unabhängige Teilhabeberatungsstelle	13
Rückblick	14
Termine im 1. Halbjahr 2019	15

In-Gang-Setzer helfen Selbsthilfegruppen beim Start

KIBIS Hildesheim mit vier Ehrenamtlichen
an bundesweitem Projekt beteiligt

Auf einer Tagung in Münster wurde im September 2018 die bundesweit 1000. In-Gang-Setzung gewürdigt. In-Gang-Setzer sind ehrenamtliche Mitarbeiter von Selbsthilfe-Kontaktstellen, die Selbsthilfegruppen beim Start helfen. „Wir sind vor drei Jahren in das bundesweite Projekt eingestiegen, um mehr Unterstützungsmöglichkeiten bei Gruppengründungen anbieten zu können.“ erläutert Marina Stoffregen von der KIBIS Hildesheim.

Oft fällt es Menschen aufgrund ihrer Erkrankung oder fehlendem Know-how zunächst schwer, die sensible Phase der Gruppengründung zu gestalten. Eine befristete Begleitung durch entsprechend geschulte Ehrenamtliche mit Gruppenerfahrung finden darum viele ermutigend. In-Gang-Setzer bringen die Selbsthilfe-Interessierten miteinander in Kontakt und geben ihnen Impulse dafür, ihr Miteinander zu gestalten. Wenn die Gruppe eigenständig ist, ziehen sich die In-Gang-Setzer zurück. „Unsere Aufgabe als Kontaktstelle ist es, die In-Gang-Setzer dabei durch regelmäßigen Austausch und Beratung fachlich zu begleiten.“ so die Leiterin der Hildesheimer Kontaktstelle weiter.



1000 In-Gang-Setzungen

Das Konzept der In-Gang-Setzung hat sich in den zehn Jahren seiner Umsetzung vielfach bewährt. Inzwischen sind bundesweit über 40 Kontaktstellen an dem In-Gang-Setzer-Projekt in Trägerschaft des Paritätischen NRW beteiligt. Der Erfolg des Projekts ist auch der nachhaltigen Förderung durch die Betriebskrankenkassen zu verdanken.

Die KIBIS Hildesheim hat erstmals 2016 vier Interessierte im Rahmen des Projekts schulen lassen. Inzwischen werden bei Bedarf auch begleitete Treffen für langjährige Selbsthilfegruppen durch zusätzlich geschulte In-Gang-Setzer angeboten. Die KIBIS will außerdem pflegende Angehörigen mit

Hilfe von In-Gang-Setzern den Zugang zur Selbsthilfe erleichtern.

„Wir finden es interessant und sinnvoll, als Kontaktstelle an der Umsetzung eines so zukunftsweisenden Konzepts mitzuwirken“, meint Marina Stoffregen und ergänzt: „Die Zusammenarbeit mit unseren ehrenamtlichen In-Gang-Setzern macht einfach Freude.“ (red)

Informationen: Wer mehr über In-Gang-Setzer erfahren möchte, kann sich informieren unter www.in-gang-setzer.de oder die KIBIS des Paritätischen Hildesheim kontaktieren unter Tel.: 05121 74 16-16 oder E-Mail: marina.stoffregen@paritaetischer.de