

DER PARITÄTISCHE | Waterstroate 6 | 48231 Warendorf

Kreis Warendorf
Landrat Dr. Olaf Gericke
Kreisdirektor Dr. Stefan Funke
Sozialdezernentin Dr. Arizzi Rusche
Waldenburger Straße 2
48231 Warendorf

Kreisgruppe Warendorf**Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf**

Waterstroate 6
48231 Warendorf

Telefon: 02581 46 799 84
Telefax: 02581 46 799 87
Mobil: 0172/5614594

bringenberg@paritaet-nrw.org
Rückfragen: Lena Bringenberg

Bank für Sozialwirtschaft Köln
IBAN DE65 3702 0500 0007 3471 00

Sparkasse Münsterland Ost
IBAN DE49 4005 0150 0060 0015 34

21.08.2023

Antrag auf Förderung der Selbsthilfe Kontaktstelle im Kreis Warendorf für das Jahr 2024

Sehr geehrter Herr Landrat Dr. Gericke,
sehr geehrter Herr Dr. Funke,
sehr geehrte Frau Dr. Arizzi Rusche,
sehr geehrte Damen und Herren,

zunächst möchten wir uns für die Förderung der Selbsthilfe-Kontaktstelle durch den Kreis Warendorf im Jahr 2023 recht herzlich bedanken.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf in Trägerschaft des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes NRW betreut derzeit ca. 100 Selbsthilfegruppen. Bereits seit 1994 ist sie für professionelle Selbsthilfeunterstützung im Kreisgebiet zuständig.

Die Themengebiete der Gruppen sind vielfältig. Die Schwerpunkte liegen in den Bereichen chronische Erkrankungen und Behinderung, psychische Erkrankungen, soziale Themen und Sucht. Die Selbsthilfegruppen unterscheiden sich im Organisationsgrad erheblich. Die Bandbreite reicht von kleinen informellen Gruppen bis hin zu großen verbandlich organisierten Gruppierungen wie beispielsweise der Rheumaliga, die mit ca. 800 Mitgliedern im Kreis Warendorf vertreten ist.

Als unverzichtbarer Bestandteil einer ausgewogenen Gesundheits- und Sozialversorgung und als wichtige Ergänzung von professionellen Hilfen in der Region hat die Selbsthilfe auch für die Zukunft großes Potenzial. Mündige Bürger*innen erhalten hier die Gelegenheit, sich für ihre eigene Gesundheit, aber auch die anderer einzusetzen, sie zu erhalten und zu verbessern. Selbsthilfe hilft nicht nur den Betroffenen. Das soziale Umfeld profitiert ebenfalls von der entlastenden Wirkung der Selbsthilfe.

Ein wichtiger Faktor für die Teilnehmenden der Selbsthilfegruppen ist die Wohnortnähe. Auch in Zeiten zunehmender Digitalisierung ist ein persönliches Beratungs- und Unterstützungsangebot vor Ort für diesen Bereich enorm wichtig.

Trotz des freiwilligen Charakters der Selbsthilfe benötigt sie kontinuierliche Unterstützung von außen, denn Selbsthilfegruppen entstehen und bestehen nicht „von selbst“. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle schafft Selbsthilfe fördernde Rahmenbedingungen auf verschiedenen Ebenen: z.B. durch Beratung, Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit. Diese tragen wesentlich dazu bei, dass Selbsthilfe-Potentiale in der Bevölkerung aktiviert, Menschen der Zugang zu Selbsthilfegruppen erleichtert und die „Arbeitsbedingungen“ bestehender Selbsthilfegruppen verbessert werden. Vernetzungstreffen, Fortbildungen und Veranstaltungen finden an verschiedenen Orten des Kreises statt, um möglichst vielen Selbsthilfe-Aktiven die Teilnahme zu ermöglichen.

Die Anfragen von Bürger*innen, Selbsthilfegruppen und professionellen Einrichtungen lagen im Jahr 2022 auf einem ähnlich hohen Niveau wie bereits im Vorjahr. Auch im 1. Halbjahr 2023 ist die Zahl der Anfragen konstant.

Interessierte, die sich bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle melden, werden immer häufiger durch die Ärzteschaft, Beratungsstellen und Therapeut*innen vermittelt. Dies ist sicher ein Ergebnis der aktiven Vernetzungsarbeit der Kontaktstelle in zahlreichen Gremien und Arbeitskreisen, z.B. der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft im Kreis Warendorf, der kommunalen Gesundheitskonferenz, dem Arbeitskreis Frauen und Gesundheit u.v.m. Aus Anfragen von Einzelpersonen entnehmen wir, dass das Thema Selbsthilfe in der Bevölkerung zunehmend verankert ist. Auch die Selbsthilfe-Kontaktstelle verweist ihrerseits auf professionelle Hilfsangebote und übernimmt somit eine wichtige Lotsenfunktion im Gesundheits- und Sozialbereich des Kreises.

Die Homepage der Selbsthilfe-Kontaktstelle, ein Facebook-Auftritt und ein Newsletter, der auch von Gruppen als Plattform genutzt werden kann, informieren über regionale und überregionale Selbsthilfethemen.

Der Paritätische Wohlfahrtsverband stellt an seinem Standort in Warendorf den Selbsthilfegruppen und Initiativen kostenfrei barrierearme Räumlichkeiten zur Verfügung. Dieses Angebot wird von den Gruppen gut angenommen.

Die Anzahl der persönlichen Beratungen vor Ort haben inzwischen das Vor-Pandemie-Niveau wieder erreicht. Die Möglichkeit zur Videoberatung, pandemiebedingt eingeführt, wird dauerhaft als Angebot beibehalten, aber nur wenig nachgefragt.

Für den Austausch untereinander können die Gruppen zusätzlich das „Virtuelle Haus der Selbsthilfe“ nutzen. Dies ist ein Projekt des Paritätischen NRW und stellt Selbsthilfegruppen eine datensichere, leicht zugängliche und kostenlose Video-Plattform zur Verfügung, die auch dauerhaft erhalten bleiben wird.

Im 1. Halbjahr 2023 stieg die Anzahl der Gruppengründungen, insbesondere im Bereich der psychischen Erkrankungen.

Mit dem Anstieg der Gruppengründungen; aber auch bei bestehenden Selbsthilfegruppen, ist der Unterstützungs- und Beratungsbedarf durch die Kontaktstelle größer geworden. Ehrenamtliche Unterstützung erhält die Kontaktstelle seit Mai 2022 durch die Beteiligung am bundesweiten Paritätischen Projekt In-Gang-Setzer®. In diesem Projekt werden Ehrenamtliche intensiv geschult und auf ihre Tätigkeiten als In-Gang-Setzer*innen vorbereitet. Sie unterstützen Selbsthilfegruppen in ihrer Gründungsphase oder helfen bei Fragen nach neuen Impulsen für die Gruppenarbeit. Aktuell engagieren sich vier ehrenamtliche In-Gang-Setzer*innen im Kreis Warendorf.

In konkreter Vorbereitung ist das Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ in Kooperation mit dem Josephs-Hospital Warendorf. Im Rahmen des Projekts wird anhand praxisnaher Qualitätskriterien die Zusammenarbeit zwischen lokaler Selbsthilfe und dem Krankenhaus strukturiert verstetigt. Im Qualitätszirkel arbeiten Selbsthilfegruppen gemeinsam mit Vertreter*innen aus Krankenhaus und Selbsthilfe-Kontaktstelle auf Augenhöhe zusammen. Hierzu wird es im November 2023 eine Auftaktveranstaltung im Josephs-Hospital geben.

Im Kreis Warendorf wird unsere Einrichtung der Selbsthilfeunterstützung als zentrale, bei den Selbsthilfegruppen und im professionellen Sozial- und Gesundheitsbereich akzeptierte Beratungsstelle anerkannt und sehr gut angenommen.

Die Selbsthilfeförderung ist eine Gemeinschaftsaufgabe der Kommunen, des Landes und der Krankenkassen, die sich gegenseitig bedingt. Die Krankenkassenförderung ist gebunden an öffentliche Zuschüsse wie die des Kreises Warendorf und des Landes NRW. Daher ist die Finanzierungsgrundlage der Selbsthilfe-Kontaktstelle eine Mischfinanzierung aus Landesmitteln, Mitteln des Kreises Warendorf, der Krankenkassen und des Paritätischen NRW.

Die Fördersumme des Kreises beträgt seit 2016 20.000,00 €. Dennoch bleibt die Gesamtfinanzierung der Einrichtung immer noch stark defizitär, wie Sie auch unserem Haushaltsplan entnehmen können.

Aufgrund der in den letzten Jahren stark gestiegenen Lohnkosten, Inflation und weiterer Kostensteigerungen, sehen wir uns gezwungen, für das kommende Jahr einen höheren Zuschuss des Kreis Warendorf für unsere Arbeit zu beantragen. In 2024 und in den folgenden Jahren braucht die Selbsthilfe-Kontaktstelle eine höhere finanzielle Unterstützung des Kreises Warendorf, um ihre qualitativ hochwertige Arbeit weiter ausführen zu können. Gerne biete ich zur näheren Erläuterung unserer finanziellen Situation ein persönliches Gespräch an. Kommen Sie zur Terminvereinbarung gerne auf mich zu.

Für das Jahr 2024 beantragen wir daher beim Kreis Warendorf einen finanziellen Zuschuss in Höhe von:

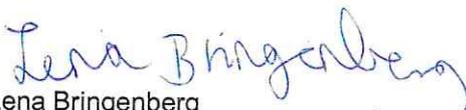
30.000,00 €.

Wir danken Ihnen für die Förderung durch den Kreis Warendorf und für Ihre Unterstützung.

Den Jahresbericht für das Jahr 2023 schicken wir Ihnen nach Fertigstellung Anfang 2024 zu.

Wir freuen uns auch in den kommenden Jahren auf eine vertrauensvolle und kooperative Zusammenarbeit mit Ihnen.

Mit freundlichen Grüßen


Lena Bringenberg
Kreisgruppengeschäftsführerin i.V.

Anlage:

Geplanter Haushalt 2024
Jahresbericht 2022

Kreis Warendorf

Waterstroate 6
48231 Warendorf

Telefon: 02581/4679984
Telefax: 02581/4679987

bringenberg@paritaet-nrw.org
Rückfragen: Lena Bringenberg

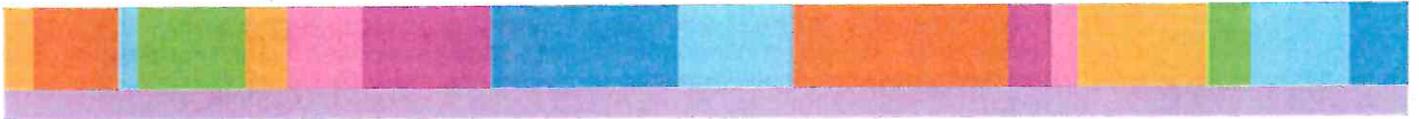
Öffnungszeiten:
MO - DO: 9 - 12 Uhr; DI: 14 - 15.30 Uhr
DO: 15 - 17 Uhr

21.08.2023

Anlage

Antrag auf Gewährung einer Zuwendung Unterstützung der Selbsthilfe Finanzierungsplan Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf für 2024

5.1.	Gesamtkosten	157.103,00€
	davon Personal	120.110,00€
5.2.	Eigenanteil	44.533,00€
5.3.	Leistungen Dritter (lt. Zuschussanträgen)	
	Zuwendungen des Kreises Warendorf	30.000,00€
	Zuwendung Städte und Gemeinden	1.050,00€
	Krankenkassen	69.050,00€
	Zuwendung Aktion Mensch Familienratgeber	1.470,00€
	Landesmittel	<u>11.000,00€</u>
	Leistungen Dritter gesamt	112.570,00€



JAHRESBERICHT 2022

Selbsthilfe-Kontaktstelle
Kreis Warendorf

INHALT

Einleitung
Rahmenbedingungen
Finanzierung
Personelle Situation
Tätigkeitsbericht
Ausblick 2023



Jahresbericht 2022 der Selbsthilfe-Kontaktstelle



Selbsthilfe

- mobilisiert
eigene Kräfte
- baut Brücken
- lebt von der
Gemeinschaft



Einleitung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf ist die zentrale Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen und Menschen, die an Selbsthilfe interessiert oder in der Selbsthilfe aktiv sind. Sie arbeitet themen- und institutionsübergreifend und ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig.

Das Angebot der Selbsthilfe-Kontaktstelle wird ergänzt durch den Selbsthilfe-Newsletter, der alle zwei Monate erscheint. Der Newsletter berichtet über Neuigkeiten aus den Selbsthilfegruppen im Kreis sowie über Angebote und Veranstaltungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle. Außerdem finden Interessierte nützliche Hinweise und Informationen aus dem Sozial- und Gesundheitswesen.

Ergänzt wird das digitale Angebot durch den Facebook-Auftritt und eine datengeschützte digitale Plattform für Gruppentreffen, das „Virtuelle Haus der Selbsthilfe“.

Rahmenbedingungen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf besteht seit 1994. Sie befindet sich in Trägerschaft des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes NRW.

Die Kontaktstelle ist rollstuhlgerecht eingerichtet. Eine Hörschleife ermöglicht hörgeschädigten Menschen die Teilnahme an Veranstaltungen. Direkt vor dem Gebäude sind großzügige, kostenlose Parkmöglichkeiten vorhanden. Für Veranstaltungen und Gruppentreffen steht ein geräumiger Veranstaltungsraum für Selbsthilfegruppen kostenfrei zur Verfügung. Zur Ausstattung gehören ein Beamer, Gast-WLAN, eine mobile Leinwand und Moderationsmaterialien.

Finanzierung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wird finanziert und unterstützt durch das Land Nordrhein-Westfalen, den Kreis Warendorf, die gesetzlichen Krankenkassen, die Städte Drensteinfurt und Sendenhorst, den Familienratgeber der Aktion Mensch sowie durch Eigenmittel des Trägers.

Die Angebote der Selbsthilfe-Kontaktstelle sind grundsätzlich kostenfrei.

Personelle Situation

Das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle besteht aus Christiane Vollmer (Dipl. Sozialpädagogin), Sabine Tenambergen (Dipl. Sozialarbeiterin) und Daniela Rehnen (Verwaltungskraft), die jeweils in Teilzeit in der Selbsthilfe-Kontaktstelle arbeiten.

Zahlen und Statistik

In 2022 verzeichnete die Selbsthilfe-Kontaktstelle **2.019 eingehende Kontakte**. Davon erreichten uns 1.397 Anfragen über E-Mail, 608 telefonisch und 14 persönlich. Die Zahl der Anfragen lag insgesamt leicht über Vorjahresniveau. Es gab eine deutliche Verschiebung von den E-Mail Kontakten hin zu telefonischen Anfragen. Mitglieder bestehender Gruppen sowie Fachleute wendeten sich ähnlich häufig an uns wie im Vorjahr. Die Zahl der Anfragen von Bürger*innen erhöhte sich. Die Kontakte aus dem Kreis Warendorf überwogen leicht (61%), der Frauenanteil der Kontaktpersonen überwog mit 72% deutlich. In Bezug auf unsere Zielgruppen verteilten sich die Anfragen wie folgt:

Statistik 2022	Bürger*innen	Gruppen	Fachleute/ Einrichtungen	Sonstige
Gesamt	Eingang	Eingang	Eingang	Eingang
2.019	361	525	1.131	2

Jahresbericht 2022 der Selbsthilfe-Kontaktstelle

Aufgaben der Selbsthilfe-Kontaktstelle

Die Hauptaufgaben der Selbsthilfe-Kontaktstelle sind die Information und Beratung über Selbsthilfe, die Vermittlung in Selbsthilfegruppen und die Unterstützung bestehender Gruppen sowie von Gruppengründungen. Neben ihren Hauptaufgaben verweist die Selbsthilfe-Kontaktstelle auf professionelle Unterstützungsangebote und übernimmt somit eine wichtige Lotsenfunktion im Gesundheits- und Sozialbereich des Kreises.

Das Jahr 2022 - Öffnungen unter Vorbehalt

Auch auf das Jahr 2022 hatte die Corona Pandemie einen großen Einfluss. Während in den zwei Jahren zuvor die Themen Schließung von Räumen für Gruppentreffen, Corona-Schutzverordnungen, Kontaktpflege und Umstellung auf digitale Formate im Vordergrund standen, fanden 2022 Öffnungen, allerdings unter Vorbehalt und situationsabhängig, statt. Treffen, Beratungen und Veranstaltungen konnten zunehmend unter den jeweils geltenden Hygieneregeln wieder in Präsenz durchgeführt werden. Die Entwicklung digitaler Formate während der Pandemie machte aber auch deutlich, dass der Umgang mit online-Formaten normaler geworden war: Neben Präsenzveranstaltungen fanden Austausch- und Gruppentreffen, Fortbildungen, Veranstaltungen und auch Beratung bedarfsabhängig online statt.

Unterstützung von und Zusammenarbeit mit bestehenden Gruppen

Bei den Selbsthilfegruppen bestand vor allem in der ersten Jahreshälfte ein nach wie vor hoher Informationsbedarf zum Thema Corona Schutzverordnung. Die Kontaktstelle informierte über die jeweils aktuellen Vorgaben für Gruppentreffen und unterstützte bei Fragen. Die bereits im Jahr 2021 begonnene Gruppenabfrage im Kreis wurde 2022 fortgeführt. Ziel war es, den aktuellen Stand und möglichen Unterstützungsbedarf zu ermitteln. Die meisten Selbsthilfegruppen zeigten sich krisensicher, und es gab kaum Gruppenauflösungen. Während nur noch wenige Selbsthilfegruppen ihre Präsenztreffen aufgrund von Erkrankungen oder der Angst vor Ansteckung weiterhin aussetzten, trafen sich die meisten Gruppen wieder vor Ort. Aber auch die Möglichkeit digitaler Gruppentreffen wurde von einigen Gruppen als Alternative für den Präsenzaustausch genutzt. Als Angebot stand unter anderem das „Virtuelle Haus der Selbsthilfe“ des Paritätischen NRW zur Verfügung. Dieses kostenfreie Tool bietet Selbsthilfegruppen datensichere und nutzer*innenfreundliche Videokonferenzräume.

Neues Projekt: Projekt In-Gang-Setzer®

Seit Mai 2022 beteiligt sich die Selbsthilfe-Kontaktstelle am bundesweiten Paritätischen Projekt „In-Gang-Setzer®“. In-Gang-Setzer*innen sind geschulte ehrenamtliche Mitarbeiter*innen von Kontaktstellen, die Selbsthilfegruppen in der Gründungsphase oder bei Fragen nach neuen Impulsen für die Gruppenarbeit unterstützen. Im Kreis Warendorf engagieren sich vier ehrenamtliche In-Gang-Setzer*innen. Im Oktober 2022 fand die erste In-Gang-Setzung bei einer Selbsthilfegruppe für Parkinson-Betroffene in Warendorf statt.

Gruppengründungen 2022

Im Jahr 2022 gab es neun Gruppengründungsinitiativen. Realisiert wurden folgende Gruppengründungen: Burnout und Depression (Warendorf), Hochsensibilität (Warendorf), Depression (Beckum), BeLoA-Bewusst leben ohne Alkohol (Ostbevern), Parkinson (Warendorf), T*OM-Trans-Ost-Münsterland (Oelde), Schizophrenie und Psychosen (Ahlen). Die Gründung einer Gruppe für Angehörige von jungen Menschen mit Anorexie wurde in das Folgejahr verschoben; nicht realisiert werden konnte eine Gruppe zum Thema Wochenbettdepression.



„... es gibt zurzeit 96
uns bekannte
Selbsthilfegruppen
zu
68 verschiedenen
Themengebieten“



Jahresbericht 2022 der Selbsthilfe-Kontaktstelle



v.l.n.r. Sabine Tenamberg, Christiane Vollmer und Daniela Rehnen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle pflegt die Adressen des Kreises Warendorf beim Online-Angebot des Familienratgebers der Aktion Mensch.

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf

Waterstroate 6
48231 Warendorf
Tel. 02581 46 799 88
Fax. 02581 46 799 87
E-Mail: selbsthilfe-warendorf@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-warendorf.de
www.facebook.com/shkwarendorf

Ausblick 2023

Drei Gesamttreffen, davon eins digital und eins in Kooperation mit dem Kreisgesundheitsamt | Roll-up Wanderausstellung „Vielfalt der Selbsthilfe im Kreis Warendorf“ | Aktion zur Woche der seelischen Gesundheit in Kooperation mit dem St. Rochus-Hospital Telgte | Start Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus in Kooperation mit dem Josephs-Hospital Warendorf“ | Öffentlichkeitsarbeit mit dem Selbsthilfefahrrad



IMPRESSUM

Selbsthilfe-Kontaktstelle
Kreis Warendorf
Redaktion:
Christiane Vollmer,
Sabine Tenamberg
Bild/Logonachweis:
Der Paritätische Landesverband NRW
Layout: Daniela Rehnen
Stand: April 2023

Kontakte zu professionellen Einrichtungen

Netzwerke, Kooperationen und Gremien

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle kooperiert mit den unterschiedlichsten Akteur*innen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen, mit Verbänden, Vereinen und Institutionen (z.B. Beratungsstellen, Krankenkassen etc.). Sie ist offizieller Netzwerkpartner der Stadt Warendorf und des Caritasverbandes im Projekt „Inklusion vor Ort“.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist in folgenden Gremien aktiv:

- Beiräte für Menschen mit Behinderungen Kreis Warendorf und Stadt Ahlen
- Arbeitskreis Frauen und Gesundheit
- Kommunale Gesundheitskonferenz
- Kommunale Konferenz Alter und Pflege
- Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft - AG Sucht und Abhängigkeit
- Arbeitskreis Selbsthilfe-Kontaktstellen im Münsterland
- Landesarbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW

Veranstaltungen/Aktivitäten

Aufgrund der Öffnungen, die im Jahr 2022 möglich waren, konnten viele Veranstaltungen in Präsenz durchgeführt beziehungsweise nachgeholt werden:

- Drei kreisweite Vernetzungstreffen für Selbsthilfegruppen, darunter ein Treffen in Kooperation mit dem Gesundheitsamt Kreis Warendorf
- Fortbildungen für Selbsthilfe-Aktive online und in Präsenz
- Kennlernbesuch Dr. Peter Horstmann, Bürgermeister der Stadt Warendorf
- Motivationstag in Beckum – Dankeschön-Veranstaltung für Selbsthilfe-Aktive
- Informationsstand am Marienhospital Oelde zusammen mit Selbsthilfe-Aktiven
- Kennlernbesuch Rolf Schürmann, Inklusionsbeauftragter Stadt Warendorf
- Informationsstand bei „Ahlen zeigt Flagge – Fest der Kulturen“
- Bundesweite Woche der Selbsthilfe (Thementag „Selbsthilfe“ in der Stadtbücherei Warendorf und Themenabend „Parkinson“-Kooperationsveranstaltung mit dem Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe und dem St.-Franziskus-Hospital in Ahlen)
- Start der Roll-up-Aktion „Vielfalt der Selbsthilfe im Kreis Warendorf“
- Kooperationsveranstaltung mit der Volkshochschule Oelde-Ennigerloh zum Thema „Tinnitus“

Selbsthilfe-Werbefahrrad

Für eine besondere Art von Öffentlichkeitsarbeit für die Selbsthilfe sorgt ein Selbsthilfe-Werbefahrrad, das von den Selbsthilfegruppen und der Kontaktstelle genutzt wird. An prominenten Stellen im Kreis, wie beispielsweise im Kreishaus, macht es auf die Selbsthilfe aufmerksam.

Themenliste (alphabetisch geordnet) Stand Januar 2023

AD(H)S* (auch Erwachsene) ▪ Adipositas ▪ Alkoholabhängigkeit* ▪ Alleinerziehende ▪ Alleinstehende ▪ Alzheimer* ▪ Angst ▪ Anorexie ▪ Aphasie ▪ Arthrose ▪ Augenerkrankungen ▪ Behinderung* (geistige & körperliche) ▪ Behindertensport (auch Kinder) ▪ Beziehungsabhängigkeit ▪ Binge Eating ▪ Blindheit & Sehbehinderung ▪ Bulimie ▪ Burnout ▪ CoDA (Co-Dependents Anonymous) ▪ Demenz* ▪ Depressionen ▪ Down Syndrom* ▪ Drogensucht* ▪ Dyskalkulie ▪ Einsamkeit ▪ Epilepsie* ▪ Essstörungen* ▪ Fibromyalgie ▪ Freizeitgestaltung ▪ Gehörlose/Ertaubte* ▪ Geistige Behinderung* ▪ Gesundheit (in russischer Sprache) ▪ Herzerkrankungen ▪ Hirngeschädigte ▪ Hochsensibilität ▪ Hörbehinderung ▪ ILCO (Leben mit Stoma und Darmkrebs)* ▪ Junge Erwachsene mit Suchterkrankungen ▪ Krebs* ▪ Legasthenie ▪ Leukämie & Lymphom ▪ Medikamentenabhängigkeit ▪ Mehrfachsüchte ▪ Migration ▪ Morbus Bechterew ▪ Multiple Sklerose ▪ Muskelerkrankungen ▪ Neurologische Erkrankungen ▪ Onlinesucht ▪ Osteoporose ▪ Panik/Phobie ▪ Parkinson* ▪ Pflegenden Angehörige ▪ Prokrastination ▪ Psychische Erkrankungen* ▪ Rheuma* (auch Kinder) ▪ Schlaganfall ▪ Schwerhörigkeit ▪ Sexueller Missbrauch in der Kindheit ▪ Soziale Kontakte ▪ Sozialphobie ▪ Spielsucht ▪ Sucht* ▪ Tinnitus ▪ Transmenschen* (auch für Nicht-Betroffene) ▪ Trauer* ▪ Verwaiste Eltern ▪ Verwitwete Familien

*= und/oder Angehörige– bzw. Elterngruppen