

Drehscheibe Hilfe zur Selbsthilfe: SeKo Bayern stellt sich vor



Theresa Keidel



„Selbsthilfe ist wertvoll, weil mir dadurch Lebensmut und Lebenswille nach schwerster Erkrankung wiedergegeben wurde und ich dieses an Mitbetroffene weitergeben will.“ Reinhard H., Selbsthilfeaktiver aus München, spricht vielen Leidensgenossen aus der Seele. 11 000 Selbsthilfegruppen sind in Bayern schätzungsweise aktiv. Zu über 800 Themen von Adoption bis zu interstitieller Zystitis bieten sie Betroffenen Informations- und Erfahrungsaustausch an.

Im April 2002 wurde zur bayernweiten Vernetzung der Selbsthilfe im Sozial- und Gesundheitsbereich die Selbsthilfekoordination Bayern (SeKo) mit Sitz in Würzburg gegründet. Nach zwei Jahren erfolgreicher Selbsthilfeunterstützung wird sie immer mehr in Anspruch genommen. Knapp 750 Kontakte im Monat mit Professionellen und interessierten Bürgern zeigen, dass SeKo Bayern eine Lücke im sozialen Netz in Bayern geschlossen hat. Im Vergleich zum Vorjahr haben wir bei Anfragen eine Steigerung von 70 %. Selbsthilfe ist gerade in Zeiten sozialer Unsicherheit eine absolut notwendige Ergänzung.

Was verbirgt sich hinter SeKo Bayern?

Die SeKo Bayern entstand auf Initiative des Vereins „Selbsthilfekontaktstellen Bayern“ (SHK Bayern). Der SHK Bayern ist ein Zusammenschluss von Selbsthilfekontaktstellen und weiteren selbsthilfeunterstützenden Einrichtungen. SeKo Bayern wird zu einem Großteil vom Freistaat Bayern, und ergänzend von den gesetzlichen Krankenkassen, der Stadt Würzburg und weiteren Sponsoren finanziert.

Die SeKo Bayern hat zum Ziel, die Selbsthilfe in Bayern zu unterstützen und zu stärken. Dieses Ziel wird durch folgende konkrete Aufgaben erreicht:

- Die SeKo Bayern verfolgt durch Kooperation mit Fachleuten aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich sowie mit Politik und Verwaltung auf Landesebene eine gezielte Lobbyarbeit zum Thema Selbsthilfe. Beispielsweise wurde die Zusammenarbeit mit Ärzten, Krankenkassen, Apotheken, Pflegepersonal und Wohlfahrtsverbänden von der SeKo Bayern seit 2002 kontinuierlich ausgebaut, indem die SeKo Bayern unter anderem mit Infoständen an diversen Fachkongressen teilnimmt.
- Die SeKo Bayern informiert über das nächste, regionale Unterstützungsangebot. Auf Anfrage sendet Ihnen zum Beispiel die SeKo Bayern die kostenlose Infomappe „Selbsthilfeunterstützung in Bayern – ein Wegweiser“ zu, die alle wichtigen Informationen rund um das Thema Selbsthilfe in Bayern enthält.
- Die SeKo Bayern unterstützt und berät die Selbsthilfekontaktstellen vor Ort und bietet für diese Fachkräfte spezifische Fortbildungen an. Momentan gibt es 19 Einrichtungen, die sich gemeinsam zu Qualitätsstandards der Beratung verpflichtet haben (Mitglieder des Vereins SHK Bayern) und zusätzlich ca. 50 Selbsthilfeunterstützer, die vor allem in ländlichen Regionen die Vermittlung zu den örtlichen Gruppen übernehmen.
- Die SeKo Bayern sammelt bayernweite Ansprechpartner von Selbsthilfeorganisationen in einer Datenbank und veröffentlicht sie im Internet. Zurzeit befinden sich in dieser Datenbank 144 Selbsthilfeorganisationen, das sind überregionale Zusammenschlüsse von Selbsthilfegruppen. Doch Vorsicht: Ist hier ein Thema nicht enthalten, kann es trotzdem irgendwo in Bayern einzelne, örtliche Selbsthilfegruppen geben.
- Die SeKo Bayern informiert deshalb zusätzlich über die Vielzahl der einzelnen Selbsthilfegruppen mit einer Übersichtsthemenliste: Kontakte zur Selbsthilfegruppe vor Ort werden über die regionalen Selbsthilfeunterstützer angeboten. Selbsthilfegruppen sind Zusammenschlüsse von Menschen mit ähnlichen Problemen oder Anliegen im gesundheitlichen oder sozialen Bereich. Durch gegenseitige Hilfe und Erfahrungsaustausch stärkt die Gruppe den Einzelnen.
- Die SeKo Bayern bietet eine Vernetzung für Menschen mit seltenen Erkrankungen, Problemen und Anliegen an. Diese neue Selbsthilfebörse Bayern bietet Betroffenen die Möglichkeit, bayernweit Kontakte zu anderen Betroffenen zu knüpfen, wenn in der eigenen Region eine Gruppengründung erfolglos war. Das Anmeldeformular ist erhältlich in den regionalen Kontaktstellen oder im Internet unter www.seko-bayern.de/Selbsthilfebörse. 32 Personen suchen derzeit über die SeKo Bayern Kontakte zu Gleichbetroffenen zu Themen von Anosmie bis Urticaria Vaskulitis.
- Die SeKo Bayern möchte durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit das Thema Selbsthilfe in Bayern bekannter machen: Deshalb veranstaltet die SeKo themenübergreifende Selbsthilfekongresse, gibt Infomaterial zum Thema Selbsthilfe in Bayern heraus und ist mit Informationsständen präsent.

Kontakt:

SeKo Bayern, Theresa Keidel, Daniela Hupp,
Scanzonistraße 4, 97080 Würzburg,
Telefon 0931 2057910, Fax 0931 2057911
E-Mail: selbsthilfe@seko-bayern.de
Internet: www.seko-bayern.de