

Jahresbericht 2010



**Bürgerinformation Gesundheit
und Selbsthilfekontaktstelle
des Kreises Gütersloh (BIGS)**

bürgernah
zentral
fachkompetent
unabhängig

Herausgeber	Kreis Gütersloh Der Landrat Abteilung Gesundheit
Ansprechpartnerin	für Selbsthilfe Jenny von Borstel
Ansprechpartnerin	für Gesundheit/Pflege Petra Lummer
Telefon:	05241 – 82 3586
Stand:	Februar 2011

Vorwort

Der BIGS-Planungsausschuss beschloss Ende 2009 die BIGS in die Trägerschaft des Kreises zu überführen. Dies konnte mit dem Kreistagsbeschluss vom 08. März 2010 umgesetzt werden. Dadurch ergaben sich einige strukturelle Änderungen. So sind zum Beispiel die Öffentlichkeitsmaterialien wie der BIGS-Flyer im Kreisdesign neugestaltet worden.

Der vorliegende Jahresbericht soll einen Überblick über die Inanspruchnahme der Informations-, Beratungs- und Veranstaltungsangebote der BIGS im Jahr 2010 geben.

Der 13. Selbsthilfetag im Kreis Gütersloh fand mit großer Resonanz in der Stadthalle Gütersloh statt. Erstmals wurde im Kontext eines Selbsthilfetages das landesweite MiMi-Projekt mit einem Informationsstand vorgestellt. Um die Zugänglichkeit von Personen mit Migrationshintergrund zum deutschen Gesundheitssystem zu verbessern, wurde zudem ein russischsprachiger Vortrag zum Thema seelische Gesundheit angeboten.

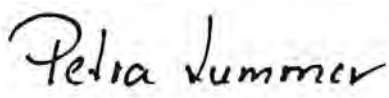
Neben zahlreichen Informationsveranstaltungen in Kooperation mit den örtlichen Krankenkassen zu aktuellen Gesundheitsthemen konnte außerdem ein russischsprachiger Vortrag organisiert werden. Dieser Vortrag mit dem Thema „Darmkrebs- und Prostataerkrankungen sowie Möglichkeiten zur Vorsorge“ wurde in Kooperation mit dem AWO Fachdienst für Migration und Integration in Gütersloh durchgeführt.

Das bundesweite Projekt Selbsthilfegruppen „In-Gang-Setzen“ wurde im Jahr 2010 fortgeführt. Bei Neugründungen konnten „In-Gang-Setzer“ erfolgreich eingesetzt werden.

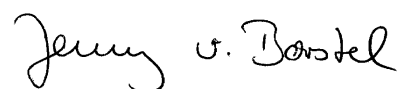
Das Mitarbeiterteam dankt an dieser Stelle allen Mitgliedern der begleitenden Gremien, die nunmehr im Planungsbeirat und im Fachbeirat die BIGS weiterhin tatkräftig unterstützen. Für die gute Zusammenarbeit möchten wir uns auch besonders bei allen Selbsthilfegruppen sowie bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Stadtbibliothek Gütersloh und des Kreises bedanken.

Unser außerordentlicher Dank gilt dem Mitbegründer der BIGS und ehemaligen Planungsausschussvorsitzenden Herrn Michael Jacobi, der zum Ende des Jahres 2010 aus der Geschäftsführung der Bürgerstiftung Gütersloh verabschiedet wurde.

Februar 2011



Petra Lummer
(Bereich Gesundheit/Pflege)



Jenny von Borstel
(Bereich Selbsthilfe)

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

1	Inanspruchnahme der BIGS im Jahr 2010	5
1.1	Gesamtkontakte	5
1.2	Kontakte mit unterschiedlichen Zielgruppen	5
1.4	Persönliche, telefonische und schriftliche Kontakte	6
1.5	Geschlechterverteilung	6
1.6	Einzugsgebiete.....	7
1.7	Bereichsspezifische Inanspruchnahme der BIGS	7
1.7.1	Inanspruchnahme des Bereichs Selbsthilfe	8
1.7.2	Inanspruchnahme des Bereichs Gesundheit/Pflege	11
1.7.3	Inanspruchnahme Gesundheit/Pflege und Selbsthilfe.....	11
2	BIGS-Angebote und Aktivitäten	12
2.1	Aktivitäten im Selbsthilfebereich.....	12
2.1.1	Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen des Kreises Gütersloh	12
2.1.2	13. Selbsthilfetag im Kreis Gütersloh	13
2.1.3	Projekt: „Selbsthilfegruppen In-Gang-Setzen“	15
2.1	Aktivitäten im Gesundheits- und Pflegebereich.....	17
2.1.4	Seminare zur Selbstuntersuchung der Brust.....	17
2.1.5	Gesundheitsprojekt „Mit Migranten für Migranten“ (MiMi)	18
2.1.6	Informationsveranstaltungen für Menschen mit Migrationshintergrund	19
2.1.7	Patientenfürsprecher Städtisches Klinikum	19
2.2	Regionalpartner Aktion Mensch	20
3	BIGS-Veranstaltungen und Aktionssamstage im Jahr 2010.....	21
4	Öffentlichkeitsarbeit.....	23
4.1	Pressearbeit.....	23
4.2	Homepage.....	23
4.3	BIGS-Präsentationen	24
4.4	Verlinkungen auf die Internetseite der BIGS	24

5	Strukturelle und personelle Situation 2010.....	25
5.1	Strukturelle Situation	25
5.2	Personal.....	25
5.3	Mitarbeit in Gremien.....	26
5.4	Fortbildungen/ Fachtagungen	26
5.5	Öffnungszeiten	26
6	Jahresplanung 2011	27
6.1	Gesundheitsprojekt „Mit Migranten für Migranten“ (MiMi)	28
6.2	Seminare zur Selbstuntersuchung der Brust.....	28
6.3	Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen des Kreises Gütersloh	28
6.4	14. Tag der Selbsthilfe im Kreis Gütersloh.....	28
6.5	In-Gang Setzer/innen – Stütze für neue Selbsthilfegruppen	29
6.6	10-jähriges BIGS-Jubiläum	29
6.7	BIGS-Homepage.....	29

Anlage 1	Presseberichte 2010
Anlage 2	Programm Selbsthilfetag 2010
Anlage 3	Gesamtliste der Selbsthilfegruppenthemen
Anlage 4	Flyer – MiMi-Gesundheitslotsen im Kreis Gütersloh
Anlage 5	BIGS Flyer

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Kontakte im Jahr 2010	6
Abb. 2: Geschlechterverteilung im Jahr 2010	6
Abb. 3: Inanspruchnahme der Bereiche	7
Abb. 4: TeilnehmerInnen des World Cafe's	12
Abb. 5: Vorstellung der Ergebnisse im Plenum	13
Abb. 6: Eröffnung des Selbsthilfetages durch den Landrat Sven-Georg Adenauer	13
Abb. 7: Blick von oben auf die Aussteller	14
Abb. 8: Übergabe der In-Gang-Setzer Zertifikate	14
Abb. 9: Clownin in Aktion	15
Abb. 10: Teilnehmende der IGS-Tagesveranstaltung	16
Abb. 11: Ankündigung des Seminars in Harsewinkel	17
Abb. 12: Veranstalter und Referent	19
Abb. 13: Präsentationsstand der BIGS	20

Tabellenverzeichnis

Tab. 1: Kontakte mit unterschiedlichen Zielgruppen im Jahr 2010	5
Tab. 2: Einzugsgebiete der Anfragenden im Jahr 2010	7
Tab. 3: Anliegen von Selbsthilfeinteressierten und Professionellen	8
Tab. 4: Inanspruchnahme des Selbsthilfebereichs	9
Tab. 5: Häufig angefragte Selbsthilfethemen im Jahr 2010	10
Tab. 6: Sicher fühlen – Seminare im Kreis Gütersloh	18
Tab. 7: Veranstaltungskalender 2010	21
Tab. 8: Anzahl der Nutzer der BIGS-Homepage	23
Tab. 9: Veranstaltungsplanung 2011	27

1 Inanspruchnahme der BIGS im Jahr 2010

1.1 Gesamtkontakte

Im Jahr 2010 konnten insgesamt 2365 Kontakte in der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh verzeichnet werden. Davon haben 282 Besucher selbstständig nach Gesundheits- und Selbsthilfeinformationen (z.B. Literatur, Broschüren und Flyer) in der BIGS recherchiert.

1.2 Kontakte mit unterschiedlichen Zielgruppen

Die Inanspruchnahme der BIGS von unterschiedlichen Zielgruppen wird in der landesweiten Statistik differenziert aufgenommen. Die Zielgruppen werden in Betroffene, als Angehörige Betroffener, in Vertretung für Betroffene, SelbsthilfegruppenteilnehmerInnen sowie Professionelle und Sonstige unterschieden.

Im Jahr 2010 haben die häufigsten Kontakte (n=1017) mit „Professionellen“ stattgefunden. Zu dieser Zielgruppe zählen Haus- und Fachärzte, Krankenkassen, Krankenhäuser, Beratungs- und Bildungseinrichtungen sowie verschiedenste Verbände, Vereine und Stiftungen. Inhaltlich bezogen sich die Kontakte überwiegend auf die Gremienarbeit sowie auf gemeinsame Kooperationsveranstaltungen bzw. –projekte.

Des Weiteren wendeten sich 476 „Betroffene“, 111 „als Angehörige(r) Betroffene(r)“ und 40 „in Vertretung für Betroffene“ an die BIGS. Die einzelnen Zielgruppen und die jeweiligen Kontakthäufigkeiten werden in der Tab. 1 dargestellt.

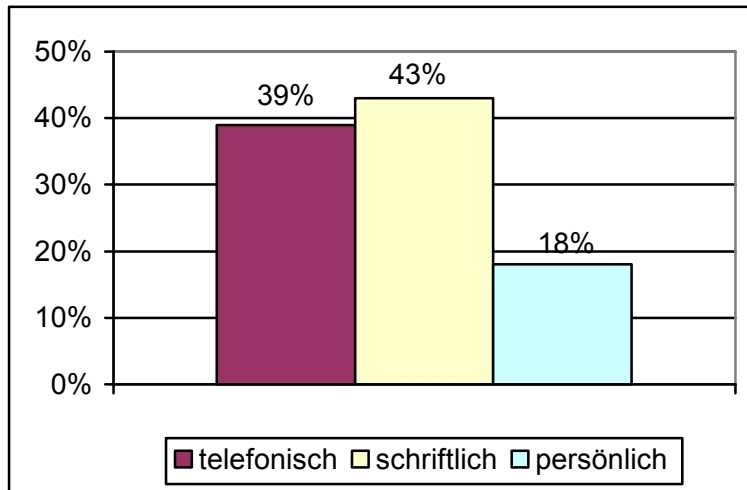
Tab. 1: Kontakte mit unterschiedlichen Zielgruppen im Jahr 2010

Kontakt mit	Anzahl
Betroffenen	476
als Angehörige(r) Betroffene(r)	111
in Vertretung für Betroffene	40
SelbsthilfegruppenteilnehmerInnen	420
Professionelle	1017
davon Krankenkassen	38
Sonstige	19

1.4 Persönliche, telefonische und schriftliche Kontakte

Die BIGS war im Jahr 2010 an insgesamt 169 Tagen im Jahr für die Öffentlichkeit zugänglich. 803 Personen (39%) nahmen telefonisch, 383 Personen (18%) persönlich und 897 Personen (43%) traten schriftlich (E-Mail, Fax, Brief) mit der Einrichtung in Kontakt (Abb.1).

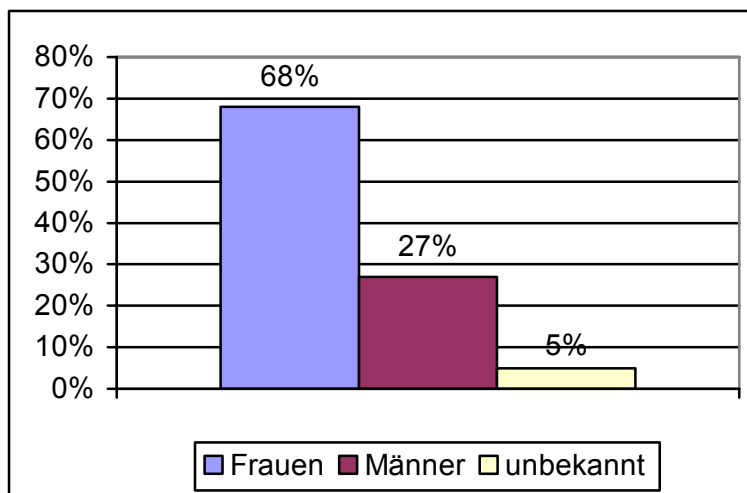
Abb. 1: Kontakte im Jahr 2010



1.5 Geschlechterverteilung¹

Im Jahr 2010 nahmen 1417 Frauen (68%) und 555 Männer (27%) die BIGS in Anspruch. Bei 111 der Personen (5%) war das Geschlecht unbekannt (Abb.2).

Abb. 2: Geschlechterverteilung im Jahr 2010



¹ Die Zahlen zur Geschlechterverteilung enthalten ebenso die Kontakte der selbständig Suchenden.

1.6 Einzugsgebiete

Bei den Einzugsgebieten der Anfragenden wird zwischen regionalen und überregionalen Kontakten unterschieden. Unter dem „regionalen“ Bereich werden der gesamte Kreis Gütersloh und regional zugehörige Selbsthilfegruppen gefasst. Über den Kreis Gütersloh hinaus eingehende Anfragen bzw. Kontakte (z.B. Newsletter, regelmäßige Kontakte zu Selbsthilfeunterstützungseinrichtungen) werden in der Kategorie „überregional“ (n=433) erfasst (siehe Tab. 2).

Tab. 2: Einzugsgebiete der Anfragenden im Jahr 2010

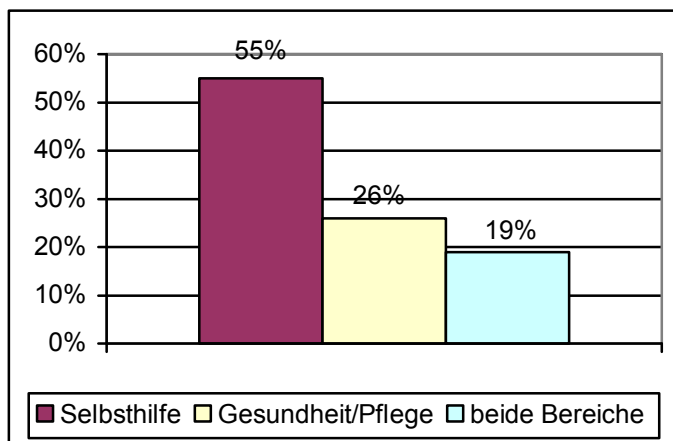
Einzugsgebiete	Anzahl
regional	1646
überregional	433
unbekannt	4

1.7 Bereichsspezifische Inanspruchnahme der BIGS

Im Selbsthilfebereich waren 1148 Kontakte (55%) zu verzeichnen. 391 Anfragen (19%) bezogen sich sowohl auf die Selbsthilfe als auch auf den Bereich Gesundheit/Pflege. So dass der Selbsthilfebereich im Jahr 2010 insgesamt von 1539 (74%) Ratsuchenden als auch von Professionellen angefragt worden ist (siehe Abb. 3).

Der Bereich Gesundheit/Pflege wurde in 544 Fällen (26%) angefragt, wobei davon 120 Anfragen nur dem Pflegebereich zugeordnet werden können. 391 Anfragen (19%) bezogen sich sowohl auf den Bereich Gesundheit/Pflege als auch auf den Selbsthilfebereich. So wurde zum Beispiel nach einer Selbsthilfegruppe gesucht und zugleich bestimmte Fachärzte zu der Erkrankung erfragt. Daraus ergibt sich eine Gesamtanzahl von 935 Anfragen (45%) für den Gesundheits- und Pflegebereich (siehe Abb. 3).

Abb. 3: Inanspruchnahme der Bereiche
(n=2083)²



² Ohne selbständig Recherchierende in der BIGS

1.7.1 Inanspruchnahme des Bereichs Selbsthilfe

Am häufigsten wurden Kontakte im Bereich „Gremienarbeit/Kooperation“ (n=401) gezählt. Aufgrund verschiedener Projekte, die im vorliegenden Bericht näher beschrieben werden, erklärt sich die hohe Gesamtzahl. 370 Anfragen bezogen sich auf die Suche nach einer geeigneten Selbsthilfegruppe. Vorwiegend wurden Informationen mit Professionellen (n=318) ausgetauscht. Dazu zählten Absprachen mit den verschiedenen Kooperationspartnern sowie organisatorische Besprechungen mit der Teamleitung der BIGS. Professionelle Anbieter aus dem Gesundheits-, Pflege- und Selbsthilfebereich nutzten die BIGS als Plattform für ihre Öffentlichkeitsarbeit (n=273). Anfragen, die sich auf den Gesundheits- und Pflegebereich bezogen, wurden aus statistischen Gründen in der Kategorie „Sonstiges“ (n=245) erfasst. Im Folgenden werden in der Tab. 3 die Anliegen von Selbsthilfeinteressierten sowie von Professionellen aufgeführt.

Tab. 3: Anliegen von Selbsthilfeinteressierten und Professionellen

Anliegen von Selbsthilfe- interessierten und Professionellen	Anzahl
Allgemeine Selbsthilfeinfos	15
Austausch von Infos	318
Suche nach SHG	370
Gruppengründung	51
Suche nach Profis	107
Öffentlichkeitsarbeit	273
Gremienarbeit/Kooperation	401
Finanzen	19
Sonstiges	245

Mehrfachnennungen möglich

Die Tabelle 4 zeigt, dass die Selbsthilfegruppen die BIGS sehr häufig als Anlaufstelle zum „Austausch von Informationen“ (n=135) nutzten. Der Austausch bezog sich vielfach auf gegenwärtige Aktivitäten in den Gruppen. Weiterhin wurden aktuelle Informationen bzgl. der Selbsthilfe im Allgemeinen weitergegeben. Zudem zählt ebenso zu dieser Kategorie die Aktualisierung von Kontaktdaten der Selbsthilfegruppen.

Die Nachfragen zu „Finanzen“ und „Krankenkassenförderung“ (n=68) liegen darin begründet, dass die BIGS als entgegennehmende Stelle für die kassenartenübergreifenden Anträge der Gruppen zuständig ist. Die BIGS war häufig der erste Ansprechpartner innerhalb des Förderverfahrens der Krankenkassen nach §20 SGB V. Im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit (n=66) nahmen die Gruppen häufig den Kontakt zur BIGS auf, um Unterstützung in diesem Bereich zu erhalten. Meist bezog sich die Hilfestellung auf die Konzeption eines Flyers. Zudem wurde der Kontakt zur örtlichen Presse hergestellt. Insbesondere in der Phase der Gruppengründung nahm der Bereich der Öffentlichkeitsarbeit einen großen Raum ein.

Die Anliegen von Selbsthilfegruppen im Bereich der „Gremienarbeit/Kooperation“ (n=66) bezogen sich zum Beispiel auf die Planung von Veranstaltungen. Dazu zählt beispielsweise das jährliche Gesamttreffen und der Selbsthilfetag im Kreis Gütersloh. Bei den Kontakten mit Selbsthilfegruppen wurden die nötigen Informationen zur Organisation ausgetauscht bzw. Vereinbarungen getroffen.

Die Tab. 4 zeigt die einzelnen Kategorien bezüglich der Inanspruchnahme des Selbsthilfebereichs der Selbsthilfegruppen.

Tab. 4: Inanspruchnahme des Selbsthilfebereichs

Anliegen von Selbsthilfegruppen	Anzahl
Organisatorische Unterstützung	7
Öffentlichkeitsarbeit	66
Starthilfe/Anleitung	3
Gruppendynamik	32
Fort- und Weiterbildung	0
Vermittlung von Profis	1
Finanzen, KK-Förderung	68
Austausch aktueller Infos	135
Gremienarbeit/Kooperation/Netzwerk	66
sonstiges	7

Mehrfachnennungen möglich

In der landesweiten Statistik wird eine „Themenliste“ vorgegeben. In der folgenden Tab. 5 werden die 13 häufigsten Themen, die im Jahr 2010 angefragt wurden, aufgelistet. Die vollständige Themenliste ist in der Anlage 3 zu finden.

Tab. 5: Häufig angefragte Selbsthilfethemen im Jahr 2010

Angefragte Selbsthilfethemen	Anzahl
Depression/bipolare Störungen	42
Angst/Panik/Phobie	31
Sucht/ Alkohol	19
Trauer/Tod	15
Psychische Erkrankungen	14
Magen- und Darmerkrankungen	14
Krebserkrankungen	13
Fibromyalgie	13
Sucht/Essstörungen	12
AD(H)S	11
Brustkrebs	11
Schlaganfall/Apoplexie	11
Herzerkrankungen	10

Gruppengründungen im Jahr 2010

Im Jahr 2010 wurden fünf Gruppen in die Datenbank des Online-Wegweisers zu den Themen Gesundheit, Selbsthilfe und Behinderung des Kreises Gütersloh aufgenommen. Die Fachkraft des Selbsthilfebereiches war bei drei Neugründungen aktiv beteiligt.

Zu folgenden Themen haben sich im Jahr 2010 Selbsthilfegruppen gegründet:

- Hospizgruppe im St. Elisabeth Hospital Gütersloh
- Opfer von Gewalt Gütersloh
- Hospizgruppe Rietberg / Neuenkirchen
- Krebs – Betroffene und Angehörige Steinhagen
- Mit dem Herzen denken Halle/Westf.

1.7.2 Inanspruchnahme des Bereichs Gesundheit/Pflege

Im Bereich Gesundheit/Pflege waren im Jahr 2010 insgesamt 544 Anfragen zu verzeichnen. Zu den Anfragen im Bereich Pflege gehörten allgemeine Informationen zur Pflegesituation oder auch gezielte Anfragen u. a. zum Wohnen im Alter, ambulanter Pflege, Pflegestufe und die diesbezügliche Einstufung durch den MDK sowie Unterstützungs- und Hilfsmöglichkeiten. Neben den pflegespezifischen Anfragen wurden auch krankheitsspezifische Auskünfte von Ratsuchenden eingeholt. Auch suchten die Nutzer der BIGS Fachleute wie Therapeuten, Fachärzte, Rehabilitationseinrichtungen oder Kliniken. Darüber hinaus fragten Ratsuchende gezielt nach Literatur oder Broschüren, die beispielsweise Informationen bezüglich ihrer Erkrankung enthielten. Patientenverfügungen/ Vorsorge- u. Betreuungsverfügungen gehörten ebenso zu den häufig angefragten Themen.

1.7.3 Inanspruchnahme Gesundheit/Pflege und Selbsthilfe

In den beiden Bereichen Gesundheit/Pflege als auch im Selbsthilfebereich sind in 2010 insgesamt 391 Anfragen zu verzeichnen. Die Anfragen bezogen sich u. a. auf die Planung von BIGS-Veranstaltungen. Aufgrund dessen waren oftmals kooperative Kontakte zu Referenten sowie Experten nötig. Zudem wurden zahlreiche Anfragen von interessierten Bürgern und Selbsthilfegruppen zu den Veranstaltungen dokumentiert.

Der Bereich Öffentlichkeitsarbeit wird in der landesweiten Statistik sehr weit gefasst. So wurden beispielsweise auch regelmäßig eingehende Newsletter wie z.B. der KS-Newsletter Sucht LWL oder der G+G Newsletter Blickpunkt einbezogen.

Beim Austausch von Informationen handelte es sich häufig um organisatorische Abstimmungen. Neben Kontakten, die sich auf Terminvereinbarungen bezogen, wurden ebenso Info-Materialien abgeholt bzw. gebracht.

Weitere Kontakte, die beide Bereiche betrafen, bezogen sich auf Anfragen bezüglich eines Praktikumsplatzes oder auf allgemeine Anfragen zum Angebotsspektrum der BIGS, auf die Öffentlichkeitsarbeit der Einrichtung, auf Kooperationsgespräche mit anderen Institutionen und Akteuren sowie auf die Gremienarbeit der BIGS.

2 BIGS-Angebote und Aktivitäten

In diesem Kapitel werden die Angebote und Aktivitäten im Jahr 2010 aufgeführt. Durch zahlreiche Veranstaltungen und eine kontinuierliche Öffentlichkeitsarbeit wurden Bürgerinnen und Bürger sowie Experten im Kreis Gütersloh auf das Informations- und Beratungsangebot der BIGS hingewiesen (Anlage 1).

2.1 Aktivitäten im Selbsthilfebereich

2.1.1 Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen des Kreises Gütersloh

Zum neunten Mal wurde von der BIGS (Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh) in Kooperation mit der Abteilung Gesundheit ein Gesamttreffen für die Selbsthilfegruppen des Kreises organisiert. Das Treffen fand am Samstag, den 12.06.2010 von 14.00 bis 18.00 Uhr im großen Sitzungssaal des Kreishauses, Herzebrocker Str. 140 statt.

Die Selbsthilfegruppen wurden zu Beginn über die strukturellen Veränderung der BIGS informiert. Im Weiteren wurde über neue Selbsthilfegruppen sowie über Neuigkeiten aus den Selbsthilfegruppen berichtet. Informationen zum 13. Selbsthilfetag in der Stadthalle Gütersloh beendeten den ersten Teil der Veranstaltung.

Der Schwerpunkt dieses Gesamttreffens war der Erfahrungsaustausch in Kleingruppen mit der Methode des „World Cafes“. Das „World Cafe“ ist eine weltweit verbreitete Methode für Großgruppen, in denen Gespräche in einer „Kaffee-Haus-Atmosphäre“ in Kleingruppen stattfinden. Folgende Fragestellungen wurden diskutiert:

- Welchen persönlichen Nutzen ziehe ich aus der Selbsthilfegruppe – und was wünsche ich mir für die Zukunft?
- Jung und alt – mehrere Generationen in einer Gruppe – Welche Erfahrungen gibt es?
- Ein Ansprechpartner möchte sich zurückziehen – Welche Erfahrungen mit Nachfolgerregelung gibt es?

Zum Abschluss wurden die zahlreichen Ergebnisse im Plenum vorgestellt.

Abb. 4: TeilnehmerInnen des World Cafe's



Abb. 5: Vorstellung der Ergebnisse im Plenum



Siegfried Keil (Ansprechpartner der SHG Lebensfreude nach Krebs Schloß Holte-Stukenbrock)

2.1.2 13. Selbsthilfetag im Kreis Gütersloh

Am 18.09.2010 wurde der 13. Tag der Selbsthilfe in der Stadthalle Gütersloh durchgeführt (siehe Anlage 2). Veranstalter des Tages waren die BIGS und die Abteilung Gesundheit des Kreises Gütersloh sowie die Selbsthilfegruppen im Kreisgebiet.

„Gemeinsam sind wir stark“ lautete das Motto. Über 50 Aussteller haben sich an diesem Tag präsentiert und zu den unterschiedlichsten Themen beraten.

Abb. 6: Eröffnung des Selbsthilfetages durch den Landrat Sven-Georg Adenauer



Abb. 7: Blick von oben auf die Aussteller



Im Rahmen der Eröffnung wurden die Zertifikate für die In-Gang-Setzer durch den Landrat Sven-Georg Adenauer überreicht. Dadurch wurde die Wertschätzung für das ehrenamtliche Engagement der In-Gang-Setzer zum Ausdruck gebracht.

Abb. 8: Übergabe der In-Gang-Setzer Zertifikate



v.r.: Landrat Sven-Georg Adenauer überreicht Herrn Michael Stramm (Selbsthilfegruppe Väteraufbruch e.V.) das Zertifikat

Die Angebote und Vorträge bezogen sich auf folgende Themen: Prostatakrebsfrüherkennung, Depressionen, Migräne und Baubiologie. Zum ersten Mal wurde auf einem Selbsthilfetag eine Veranstaltung in russischer Sprache von zwei interkulturellen Gesundheitslotsen des Projektes "Mit Migranten für Migranten - Interkulturelle Gesundheit in Nordrhein-

Westfalen" (MiMi-NRW) durchgeführt. In der russischsprachigen Veranstaltung wurden seelische Erkrankungen erläutert. Die MiMi – Gesundheitsmediatoren waren auch erstmalig mit einem Informationsstand vertreten.

Des Weiteren konnte das persönliche Schlaganfall- und Herzinfarktrisiko getestet werden. Der Tag wurde mit verschiedenen musikalischen Beiträgen, einer Clownin und Aktionen für Kinder bereichert. Auch für das leibliche Wohl war bestens gesorgt.

Abb. 9: Clownin in Aktion



2.1.3 Projekt: „Selbsthilfegruppen In-Gang-Setzen“

Die BIGS beteiligte sich auch im Jahr 2010 am bundesweiten Projekt „Selbsthilfegruppen In-Gang-Setzen“. Das Projekt wird vom Paritätischen NRW und den Betriebskrankenkassen (Bundesverband und Landesverband NRW) umgesetzt und finanziert.

Von den insgesamt im Jahr 2009 acht ausgebildeten In-Gang-Setzerinnen und -Setzern waren im Jahr 2010 sieben weiterhin aktiv. Fünf In-Gang-Setzer sind seit 2009 im Einsatz gewesen. Die Einsätze in 2010 beinhalteten eine „Wieder-In-Gang-Setzung“, die in 2009 begonnen wurde. In der langjährig bestehenden Selbsthilfegruppe der Dt. ILCO (Menschen mit künstlichen Darm- und Blasenaustritt) konnte der Ansprechpartner der Gruppe aus gesundheitlichen Gründen seine Funktion nicht mehr wahrnehmen. Die Gruppe drohte sich aufzulösen, da niemand aus der Gruppe bereit war, die Moderation und Organisation weiterer Treffen zu übernehmen. Durch den Einsatz eines In-Gang-Setzers konnte das Problem zunächst gelöst werden, indem im Frühjahr 2010 die Verantwortung für die Gruppe von dem zuständigen Regionalsprecher der Dt. ILCO übernommen wurde. Somit konnte die weitere Betreuung der Gruppe verbandsintern organisiert werden.

Die In-Gang-Setzung in der neuen Selbsthilfegruppe „Krebs – Betroffene und Angehörige“ wurde von dem Initiator als große Unterstützung erlebt und ist erfolgreich abgeschlossen worden.

Auch die Initiatorin der Gruppe zum Thema „Opfer von Gewalt“ konnte durch die Begleitung einer In-Gang-Setzerin konstruktiv unterstützt werden. Im dritten Treffen fand sich eine neue Ansprechpartnerin. Die neue Situation führte zu Konflikten, die von der BIGS und der In-Gang-Setzerin hilfreich geklärt werden konnten. Diese In-Gang-Setzung wird sich im Jahr 2011 fortsetzen.

In 2010 fanden acht Supervisionstreffen der In-Gang-Setzer statt. Davon wurde ein Treffen als Tagesveranstaltung im Heimathaus in Steinhagen durchgeführt. Die Tagesveranstaltung diente neben der Reflexion auch der Fortbildung der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der BIGS. Zu den Themen gehörten die unterschiedlichen Formen der Kommunikation und Begleitung in Theorie und Praxis.

Abb. 10: Teilnehmende der IGS-Tagesveranstaltung



v.l.: Siegfried Keil (Lebensfreude nach Krebs SHS), Günter Philipps (Freundeskreis GT), Monika Bodmann (Diabetes 2 Halle/Westf.), Michael Friebe (Junge MS-Gruppe Halle/Westf.), Johann Jahn, (engagierter Bürger), Michael Stramm (Väteraufbruch für Kinder e.V. OWL)

Im Juli 2010 wurde eine „Info-Party“ für die Öffentlichkeit von einem In-Gang-Setzer organisiert. Neben den Auftritten zweier Musikbands stellten die In-Gang-Setzerinnen und –Setzer ihre Arbeit vor und informierten im Allgemeinen über das Thema Selbsthilfe sowie über bestehende Selbsthilfegruppen.

2.1 Aktivitäten im Gesundheits- und Pflegebereich

2.1.4 Seminare zur Selbstuntersuchung der Brust

Nach nunmehr 7 Jahren werden regelmäßig Seminare zur Selbstuntersuchung der Brust („Sicher fühlen“) im Kreisgebiet in Kooperation mit den Gleichstellungsbeauftragten der Städte und Gemeinden im Kreisgebiet, den Gynäkologinnen und der Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V. angeboten. Insgesamt sind sieben Seminare organisiert und durchgeführt worden (siehe Tab. 6). Die Seminare sind für die Teilnehmerinnen kostenlos.

In der Zwischenzeit waren die Brustmodelle, die während der Seminare zum Einsatz gekommen sind, abgenutzt und zum Teil beschädigt. Für eine effektive Weiterführung der Seminare „Sicher fühlen“ ist die Anschaffung neuer Brustmodelle unabdingbar. Unser Dank gilt dem Kooperativen Brustzentrum Gütersloh, das die Anschaffung von neuen Modellen im Jahr 2011 ermöglichen wird.

Erstmalig fanden vier Seminare für die Mitarbeiterinnen in Institutionen statt. So haben die Mitarbeiterinnen des Hospiz- und Palliativvereins Gütersloh e.V., die Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Gütersloh sowie die Mitarbeiterinnen der Stadtverwaltung Gütersloh die Möglichkeit genutzt, die Selbstuntersuchung der Brust zu erlernen.

Alle deutschsprachigen Seminare wurden von Frau Dr. Andrea Gehring, niedergelassene Gynäkologin in Gütersloh, durchgeführt. Frau Dr. Gülhan Inci, Assistenzärztin der Gynäkologie im Städtischen Klinikum, stand für die türkischsprachigen Seminare zur Verfügung. Auch konnte in diesem Jahr gemeinsam mit Frau Dr. Helene Potthoff, niedergelassene Gynäkologin in Harsewinkel, ein russischsprachiges Seminar in Harsewinkel organisiert und durchgeführt werden.

Abb. 11: Ankündigung des Seminars in Harsewinkel



v.l. Petra Lummer, Dr. Helene Potthoff, Monika Edler-Rustige, Irina Laukart-Slvis, Elena Heinz

Tab. 6: Sicher fühlen – Seminare im Kreis Gütersloh

Monat/Ort	Seminare
Februar / Werther (Westf.)	türkisch
Februar / Werther (Westf.)	deutsch
März / Halle (Westf.)	türkisch
Mai / Gütersloh	deutsch
Juli / Gütersloh	deutsch
September / Harsewinkel	russisch
September / Gütersloh	deutsch

2.1.5 Gesundheitsprojekt „Mit Migranten für Migranten“ (MiMi)

Im Jahr 2010 wurde das MiMi-Projekt in Zusammenarbeit mit der Abteilung Gesundheit des Kreises Gütersloh fortgeführt (Anlage 4).

In Kooperation mit dem AWO Fachdienst für Migration und Integration in Gütersloh fand am 23. März 2010 eine MiMi-Veranstaltung für eine Schulungsgruppe von Migrantinnen und Migranten statt. Es wurden auf Wunsch der Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Themen „Das Gesundheitswesen in Deutschland“ und „Gesunde Ernährung und Bewegung“ behandelt. Aufgrund der verschiedenen sprachlichen Ausrichtungen der Gruppe wurde die Veranstaltung in deutscher Sprache durchgeführt.

2.1.6 Informationsveranstaltungen für Menschen mit Migrationshintergrund

Zielgruppe russischsprachige Männer

Die Informationsveranstaltungen für Menschen mit Migrationshintergrund sind in Kooperation mit dem AWO Fachdienst für Migration und Integration in Gütersloh organisiert und durchgeführt worden.

Russischsprachige Männer erhielten am Samstag, den 25. September 2010 ausführliche Informationen zu den Themen „Darmkrebs- und Prostataerkrankungen sowie Möglichkeiten zur Vorsorge“. Hierfür konnte der niedergelassene Urologe Herr Dr. Oleg Steinhauer aus Steinhagen gewonnen werden.

Abb. 12: Veranstalter und Referent



v.l.: Frau Lummer (BIGS) und Dr. Steinhauer (Urologe)

2.1.7 Patientenfürsprecher Städtisches Klinikum

Seit 2008 hat die BIGS für das Klinikum Gütersloh die Funktion des Patientenfürsprechers übernommen. Das Krankenhausgesetz NRW sieht vor, dass Patientenbeschwerden von einer unabhängigen Stelle entgegengenommen und bearbeitet werden, „die mit allgemein anerkannten Einrichtungen der Gesundheitsvorsorge und des Patientenschutzes sowie der Selbsthilfe eng zusammenarbeiten soll“.

2.2 Regionalpartner Aktion Mensch

Als Regionalpartner von Aktion Mensch haben die Mitarbeiterinnen der BIGS im Jahr 2010 die Adresseingabe in die vorgegebene Datenbank (www.familienratgeber.de) kontinuierlich weiter aufgebaut. Es wurden die Daten von neuen Einrichtungen sowie von Selbsthilfegruppen eingepflegt und der bestehende Datenbestand regelmäßig aktualisiert.

Bei Veranstaltungen, die von der BIGS organisiert wurden oder an denen die BIGS beteiligt war, ist stets auf den „Familienratgeber“ hingewiesen worden. Ebenso wurden Informationsmaterialien zu weiteren Projekten der Aktion Mensch verteilt.

So konnten auch beim 13. Tag der Selbsthilfe des Kreises Gütersloh, der am 24.09.2010 in der Stadthalle Gütersloh durchgeführt wurde, Informationen über den Familienratgeber an Interessierte weitergegeben werden.

Abb. 13: Präsentationsstand der BIGS



v.l.: Petra Lummer und Jenny v. Borstel (Mitarbeiterinnen der BIGS)

Im Jahr 2011 ist geplant, die Aktivitäten im vergleichbaren Rahmen weiterzuführen.

3 BIGS-Veranstaltungen und Aktionssamstage im Jahr 2010

Im Jahr 2010 wurden insgesamt 7 Informationsveranstaltungen zu den unterschiedlichsten Themen aus den Bereichen Gesundheit, Krankheit, Pflege und Selbsthilfe organisiert und durchgeführt. Die Krankenkassen haben auch in diesem Jahr ihre Räumlichkeiten für die Veranstaltungen zur Verfügung gestellt.

An sieben Samstagen des Jahres fand zudem ein Aktionssamstag mit Selbsthilfegruppen in der BIGS statt. Häufig präsentierten sich mehrere Selbsthilfegruppen gleichzeitig der Öffentlichkeit.

Im Folgenden werden die Veranstaltungen und die entsprechende Resonanz von Besuchern aufgeführt (siehe Tab. 7).

Tab. 7: Veranstaltungskalender 2010

Monat	Aktionssamstage	Informationsveranstaltungen
Februar	Arthrose-Selbsthilfe Kreis Gütersloh und Warendorf FrauenSuchtselbsthilfegruppe Gütersloh	Thema: Was gibt es Neues in der Suchtbehandlung? Referent: Dr. Ulrich Kemper , Chefarzt Suchtmedizin der LWL-Klinik Gütersloh / Bernhard-Salzmann-Klinik
Resonanz	25 Personen	ca. 30 Personen
März	Blinden- und Sehbehindertenverein e.V. Gütersloh Anonyme Alkoholiker Kreis Gütersloh	Thema: Unerfüllter Kinderwunsch Referentin: Dipl. Psychologin Slavica Skara, pro familia (19:30 Uhr in der pro familia, Roonstr.2, 33330 Gütersloh)
Resonanz	7 Personen	0 Personen
März		Thema: Neue Erkenntnisse in der Diagnostik und Therapie beim Dickdarmkrebs Referent: Prof. Dr. Manfred Varney, Chefarzt Klinik für Chirurgie, Klinikum Gütersloh
Resonanz		38 Personen

Monat	Aktionssamstage	Abendveranstaltungen
April		Thema: Stadiengerechte Behandlung von Knorpelschäden am Knie Referent: Dr. Eugen Klein, Chefarzt, Klinik für Allgemeine Chirurgie, Klinikum Gütersloh, Standort Rheda
Resonanz		ca. 200 Personen
Mai	Lebensfreude nach Krebs SHS Krebs-Selbsthilfegruppe für Frauen und Männer Gütersloh	
Resonanz	15 Personen	
Juni		Thema: Operationsmöglichkeiten von Inkontinenzleiden Referent: Dr. Johannes Middelanis, Chefarzt Gynäkologie, St. Elisabeth Hospital Gütersloh
Resonanz		30 Personen
Juli	Chronischer Schmerz / Fibromyalgie Gütersloh Arthrose-Selbsthilfe Kreis GT und Warendorf	
Resonanz	ca. 10 Personen	
September	13. Tag der Selbsthilfegruppen im Kreis Gütersloh Ort: Stadthalle Gütersloh	
September		Thema: Möglichkeiten und Grenzen der minimal invasiven Chirurgie Dr. Eduard Kusch, Chefarzt Allgemein-, Visceral- und Thoraxchirurgie, St. Elisabeth Hospital Gütersloh
Resonanz		2 Personen
November		Thema: Diabetes Mellitus Typ II – nur ein bisschen Alterszucker?! Referentin: Dr. Michaela Müller-Rösel, Internistin, Diabetologin DBG, Ernährungsmedizinerin
Resonanz		26 Personen
Dezember	Deutsche Leberhilfe- Hepatitisselbsthilfe Gütersloh	
Resonanz	3 Personen	

4 Öffentlichkeitsarbeit

4.1 Pressearbeit

Die Presse veröffentlichte auch in diesem Jahr wieder regelmäßig Artikel zu den geplanten bzw. durchgeführten Veranstaltungen oder Aktivitäten (siehe Anlage 1).

4.2 Homepage

Allen interessierten Bürgerinnen und Bürgern stehen auf der BIGS-Homepage aktuelle Informationen zu den geplanten Veranstaltungen sowie zu neuen Selbsthilfegruppengründungen zur Verfügung. Im Jahr 2010 wurden insgesamt 4718 Zugriffe auf die Homepage verzeichnet.

Im Folgenden (Tab. 8) werden die Zugriffe pro Monat dargestellt.

Tab. 8: Anzahl der Nutzer der BIGS-Homepage

Monat	Nutzer
Januar	358
Februar	368
März	370
April	203
Mai	311
Juni	281
Juli	316
August	283
September	652
Oktober	525
November	619
Dezember	432
insgesamt	4718

4.3 BIGS-Präsentationen

- Pressekonferenz mit Beteiligung der BIGS: Städtisches Klinikum Gütersloh "Gründung eines Darmkrebszentrum zusammen mit niedergelassenen Ärzten" am 12.02.2010.
- BIGS-Informationsstand am 18.02.2010: Das Zentrum für Altersmedizin der LWL-Klinik Gütersloh hat sich im Rahmen einer Vortragsveranstaltung Interessierten und Betroffenen in der Stadthalle Gütersloh vorgestellt.
- BIGS-Informationsstand am 17.04.2010: Das Interdisziplinäres Brustzentrum Gütersloh e.V. (IBZ) organisierte in der AOK Gütersloh einen „Brustkrebstag“.
- BIGS-Informationsstand am 21.04.2010: In der Stadthalle Gütersloh fand das 9. Gütersloher Pflegesymposium statt.
- 20 Personen des Kolpingbildungswerk Gütersloh besuchten am 29.04.2010 die BIGS, um sich über das Angebot der BIGS zu informieren.
- Vorstellung der BIGS: Besuch des Netzwerkes Gehörlose am 06.07.2010.
- BIGS-Informationsstand am 18.09.2010: 13. Selbsthilfetag in Gütersloh.
- BIGS-Informationsstand am 20.09.2010: Gesundheitstag für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadtverwaltung Gütersloh.
- BIGS-Informationsstand am 02.10.2010: Patienteninformationsforum „Sehen 50+“ im Städtischen Klinikum Gütersloh.

4.4 Verlinkungen auf die Internetseite der BIGS

Kreisverwaltung Gütersloh	www.kreis-guetersloh.de
St. Elisabeth Hospital	www.sankt-elisabeth-hospital.de
Aktion Mensch	www.familienratgeber.de
Städtisches Klinikum Gütersloh	www.krankenhaus-guetersloh.de
Koskon	www.koskon.de
Nakos	www.nakos.de
Selbsthilfenetz	www.selbsthilfenetz.de
Hilfeatlas	www.hilfeatlas.de
Pflegeinformationssystem Gütersloh	www.pflege-gt.de
Demenz-Servicezentrum OWL	www.demenz-service-nrw.de
Stadt Gütersloh	www.guetersloh.de
Stadt Harsewinkel	www.harsewinkel-sozial.de
Stadt Versmold	www.versmold-sozial.de

5 Strukturelle und personelle Situation 2010

5.1 Strukturelle Situation

In der 3. Sitzung des Kreistages am 08. März 2010 ist einstimmig beschlossen worden die BIGS in die Trägerschaft des Kreises Gütersloh zu überführen. Diese Veränderung hatte keine Auswirkungen auf die inhaltliche Tätigkeit. Allerdings ergaben sich einige strukturelle Änderungen. So sind zum Beispiel die Öffentlichkeitsmaterialien wie der BIGS-Flyer (Anlage 5) in dem Kreisdesign neu gestaltet worden. Die im Schriftverkehr eingesetzten Materialien wurden ebenso dem Design des Kreises angepasst.

Die Inhalte der BIGS-Homepage wurden im Februar 2011 auf die Internetseiten des Kreises Gütersloh unter der Abteilung Gesundheit als eigenständige Rubrik übernommen.

Die begleitenden Gremien bleiben in der bisherigen Zusammensetzung bestehen. Aus dem ehemaligen Planungsausschuss gründete sich der Planungsbeirat. Der damalige Beirat ist weiterhin für die fachliche Unterstützung zuständig und wird jetzt als Fachbeirat bezeichnet.

5.2 Personal

Bereich Gesundheit/Pflege:

Petra Lummer

Dipl. Pflegewissenschaftlerin (FH), Gesundheitswissenschaftlerin (MPH),
Krankenschwester

Bereich Selbsthilfe:

Jenny von Borstel

Dipl.-Sozialarbeiterin, Trauerbegleiterin, Psychotherapeutin (HPG)

Bereich Verwaltung:

Diana Ortkras

Kauffrau im Groß- und Außenhandel, staatlich geprüfte Betriebswirtin

5.3 Mitarbeit in Gremien

- Regelmäßige Teilnahme an den Sitzungen der LAK NW (Landesarbeitskreis der Selbsthilfekontaktstellen in Nordrhein-Westfalen)
- Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen im Suchtbereich Kreis Gütersloh e.V.

Darüber hinaus fanden unter der Leitung der BIGS regelmäßige Treffen des Arbeitskreises KONTIS (Zusammenschluss von Selbsthilfegruppenleiterinnen und -leitern) statt.

5.4 Fortbildungen/ Fachtagungen

Die Mitarbeiterinnen der BIGS nahmen an folgenden Fachtagungen und Kongressen im Jahr 2010 teil:

- Tagung der neuen Standortprojektpartner des MiMi-Projektes NRW in Düsseldorf
- Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. „Auf die Menschen kommt es an“
- 1. Münsterländer Demenz Kongress in Telgte

5.5 Öffnungszeiten

Die BIGS war im Jahr 2010 Dienstag und Donnerstag von 10:00 Uhr bis 13:30 Uhr und 14:30 Uhr bis 18:00 Uhr sowie am Mittwoch und Freitag von 10:00 Uhr bis 13:30 Uhr geöffnet.

Aktionssamstage fanden mehrmals im Jahr samstags von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr in den Räumlichkeiten der BIGS statt.

6 Jahresplanung 2011

Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über die Veranstaltungsplanung für das Jahr 2011.

Tab. 9: Veranstaltungsplanung 2011

Monate	Aktionssamstage	Informationsveranstaltungen
Februar	05.02.11 Dt. Dystonie Gesellschaft e.V. OWL Selbsthilfe Unruhige Beine e.V. OWL Ehlers-Danlos-Selbsthilfe e.V. OWL	16.02.11 Wenn Medikamente Probleme bereiten - Wechselwirkungen zwischen Medika- menten und Nahrungsmitteln Dr. Olaf Elsner, Storchen-Apotheke, Gü- tersloh
		23.02.11 Depressionen, Ängste und Zwänge – erkennen und behandeln PD Dr. med. Dipl.-Psych. Klaus-Thomas Kronmüller, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Ärztlicher Direktor der LWL-Klinik, Gütersloh
März	05.03.11 Arthrose-Selbsthilfe Kreis Gütersloh und Warendorf Blinden- und Sehbehindertenverein e.V., Gütersloh	16.03.11 Volkskrankheit Bluthochdruck: Erken- nen - Vorbeugen – Behandeln Dr. med. Jens Klempin, leitender Arzt, Nieren- und Hochdruckerkrankheiten, Dia- lyse, St. Elisabeth Hospital Gütersloh
April	02.04.11 Chronischer Schmerz / Fibromyalgie Gütersloh	
Mai	07.05.11 OWL Blickkontakte Gütersloh Lebensfreude nach Krebs Gütersloh Zuversicht – Leben nach Krebs, Steinhagen	18.05.11 Chronische Darmerkrankungen erken- nen und behandeln“ Priv.-Doz. Dr. Oliver Al-Taie, Chefarzt Me- dizinische Klinik, St. Elisabeth Hospital Gütersloh
Juni	26.06.11 14. Tag der Selbsthilfegruppen in Halle (Westf.)	
Juli	03.07.11 Arthrose-Selbsthilfe Kreis u Güters- loh und Warendorf	

September		15.09.11 Von harmlosen Darmpolypen zum Dickdarmkrebs Prof. Dr. Manfred Varney, Chefarzt der Klinik für Allgemeine Chirurgie, Viszeral- und Unfallchirurgie, Klinikum Gütersloh
Oktober	01.10.11 Arthrose-Selbsthilfe Kreis Gütersloh und Warendorf Blaues Kreuz Deutschland e.V., Ortsverein Gütersloh, Hilfe für Suchtkranke	13.10.11 Osteoporose – der lautlose Dieb Dr. med. Eugen Klein, Chefarzt, Klinikum Gütersloh, Abteilung für Allgemein- und Unfallchirurgie, klinikum Gütersloh, Standort Rheda
November		17.11.11 Depressionen im Alter Dr. med. Bernd Meißnest, Chefarzt Gerontopsychiatrie, LWL-Klinik Gütersloh
Dezember	03.12.11 Deutsche Leberhilfe- Hepatitis-selbsthilfe Gütersloh Zöliakiegruppe für Kinder Harsewinkel Zöli-Kids Halle (Westf.)	

6.1 Gesundheitsprojekt „Mit Migranten für Migranten“ (MiMi)

Im Rahmen der Kampagne zur Gesundheitsförderung werden weitere Informationsveranstaltungen durch die Mediatorinnen und Mediatoren durchgeführt.

6.2 Seminare zur Selbstuntersuchung der Brust

Es ist bereits ein Seminar zur Selbstuntersuchung der Brust im Februar 2011 in Werther geplant.

6.3 Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen des Kreises Gütersloh

Das jährliche Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen des Kreises Gütersloh wird am Samstag, den 21. März 2011 stattfinden.

6.4 14. Tag der Selbsthilfe im Kreis Gütersloh

Der 14. Tag der Selbsthilfe wird am 26. Juni 2011 in Halle (Westf.) am Kreiskirchentag stattfinden.

6.5 In-Gang Setzer/innen – Stütze für neue Selbsthilfegruppen

Das Projekt wird im Jahr 2011 fortgeführt.

6.6 10-jähriges BIGS-Jubiläum

Am 07. Oktober 2011 feiert die BIGS ihr 10-jähriges Jubiläum. Die Jubiläumsfeier wird im Kreishaus Gütersloh stattfinden.

6.7 BIGS-Homepage

Seit Februar 2011 werden die Inhalte der BIGS-Homepage auf den Internetseiten des Kreises eingestellt (www.kreis-guetersloh.de).

Anschrift:

Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (BIGS) des
Kreises Gütersloh
Blessenstätte 1
33330 Gütersloh

Tel	05241/ 82 35 86
Fax	05241/ 82 35 87
Email	biggs@gt-net.de
Internet	www.kreis-guetersloh.de

Öffnungszeiten:

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag
10.00 Uhr – 13.30 Uhr
Dienstag, Donnerstag
14.30 Uhr – 18.00 Uhr
Aktionssamstage von 10.00 Uhr – 13.00 Uhr

Kontakt:**Bereich Gesundheit / Pflege**

Petra Lummer

Bereich Selbsthilfe

Jenny von Borstel

Verwaltung

Diana Ortkras

Anlage 1

Presseberichte 2010

Kreis wird BIGS-Träger

Gütersloh (rec). Der Kreis Gütersloh wird alleiniger Träger der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (BIGS). Damit wollen die bisherigen Träger einer möglichen Umsatzsteuerpflicht aus dem Weg gehen.

Die im April 2001 gegründete BIGS ist eine unabhängige Anlaufstelle zu Fragen der Gesundheit, Selbsthilfe und Pflege. Zwei beim Kreis Gütersloh fest angestellte Mitarbeiter (auf anderthalb Stellen) führen in der Stadtbibliothek Gütersloh durch den Dschungel der Fachliteratur zu verschiedenen Gesundheitsfragen, vermitteln Kontakte zu Selbsthilfegruppen und beraten Menschen, die der besonderen gesundheitlichen Fürsorge bedürfen. Mehr als 2000 Kontakte verzeichnet die Beratungsstelle pro Jahr. Der Kreis kommt nur zu einem Teil für die 70 000 Euro hohen Personal- und Sachkosten im Jahr auf. Zu den bisherigen Trägern zählen ferner die in einer Arbeitsgemeinschaft organisierte Stadtbibliothek, Stadt Stiftung, Krankenkassen, die Unfallkasse Nordrhein-Westfalen und die Arbeitsgemeinschaft Freier Wohlfahrtsverbände. Die BIGS-Mitarbeiter sind also beim Kreis angestellt, stehen aber im Dienst einer Arbeitsgemeinschaft – die Finanzverwaltung sieht darin eine umsatzsteuerpflichtige Personalüberlassung. Um keine Steuer zahlen zu müssen, soll der Kreis die BIGS nun vollständig übernehmen. Bei der Kostenaufteilung aber soll es bleiben.

Selbsthilfegruppen informieren

Am Samstag, dem 06.02.2010, um 10 Uhr, findet ein Informations-Samstag statt. Die Teilnehmerinnen der Selbsthilfegruppen Arthrose-Selbsthilfe-Kreis GfG, Rücken-Selbsthilfe-Kreis GfG, Suchtselbsthilfe-Gruppe und Suchtselbsthilfe-Gruppe stehen am Samstag, 6. Februar, von 10 bis 12 Uhr in der BIGS im Foyer der Stadtbibliothek für Gespräche und Informationen zur Verfügung. Bei einer Arthrose werden die Gelenke durch Abnutzung geschädigt oder genetisch bedingt. Schmerzen treten auf, die mit der Zeit stärker werden können. In dem Gesprächsraum für Betroffene stehen Erklärungen durch Ernährungsumstellung im Zusammenhang mit einer ganzheitlichen Arthrose-Therapie im Mittelpunkt. Suchtselbsthilfegruppe richtet sich an Betroffene Frauen, die Suchtprobleme mit Alkohol, Drogen und/oder Medikamenten haben. Sie ist offen für Frauen, die sich mit ihrer Sucht auseinandersetzen und darüber mit anderen Frauen ins Gespräch kommen wollen. Info: Tel. (05241) 83 95 86.

Seminare »Sicher fühlen«

Zur Selbstuntersuchung der Brust am 10. und 17. Februar

■ Werther (HK). Jede zehnte Frau erkrankt im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs. Am häufigsten sind Frauen zwischen 45 und 70 Jahren betroffen – doch der Anteil der jüngeren Frauen steigt. Fest steht: Je eher die Erkrankung entdeckt wird, desto größer sind die Heilungschancen.

Die Selbstuntersuchung der Brust ist dabei ein wichtiger Bestandteil der Früherkennung. Frauen, die ihre Brust regelmäßig abtasten, haben die Möglichkeit, Veränderungen rechtzeitig zu erkennen. Aus diesem Grund bietet die Gleichstellungsstelle Werther in Kooperation mit dem Familienzentrum und der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthil-

fekontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) jetzt zwei Seminare unter der Überschrift »Sicher fühlen« für deutsch- und türkischsprachige Frauen an.

Das Seminar für deutschsprachige Frauen findet am Mittwoch, 10. Februar, von 19.30 bis 21 Uhr unter der Leitung der Gynäkologin Dr. Andrea Gehring im Familienzentrum an der Engerstraße 2 statt, das Seminar für türkischsprachige Frauen läuft am Mittwoch, 17. Februar, von 18 bis 19.30 Uhr unter der Leitung von Gynäkologin Dr. Gülhan Inci, ebenfalls im Fam.o.S.

Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl wird um eine Anmeldung unter ☎ (0 52 03) 29 60 66 oder per E-Mail unter info@famös-werther.de gebeten.

Kreis stärkt mit Trägerwechsel Arbeit der Bigs

Von unserem Redaktionsmitglied
MARTIN NEITEMEIER

Kreis Gütersloh (gl). Die Bürgerinformation Gesundheit, und Selbsthilfekontaktstelle (Bigs) genießt als kompetenter und unabhängiger Ansprechpartner im Kreis und darüber hinaus hohes Ansehen. Daran soll sich auch in Zukunft nichts ändern. Im Gegenteil: Derzeit wird über eine Weiterentwicklung der in der Stadtbibliothek Gütersloh angesiedelten Einrichtung nachgedacht.

Doch zunächst kommt es aus steuerlichen Gründen zu einem Trägerwechsel – weg von der bisherigen Arbeitsgemeinschaft hin zum Kreis Gütersloh. Ansonsten müsste der Kreis für die von Anfang an bei ihm beschäftigten und bei der Bigs tätigen Mitarbeiterinnen 19 Prozent Umsatzsteuer zahlen, was 12 500 Euro im Jahr ausmacht. Die Finanzverwaltung gehe von einer Personalüberlassung aus, die umsatzsteuerpflichtig sei, heißt es in einer Sitzungsvorlage. Um diese zusätzlichen Kosten zu vermeiden, sollte der Kreis selbst die Bigs-Trägerschaft übernehmen, so die Verwaltung. Der Gesundheitsausschuss hat diesem Vorschlag bereits zugestimmt, Kreisausschuss und Kreistag befassen sich am 1. und 8. März mit dem Thema.

„Die Gründe für den Träger-

wechsel sind zwingend“, sagte CDU-Fraktionschef Dr. Heinrich Josef Sökeland im Ausschuss. Die Bigs müsse auf jeden Fall erhalten bleiben. Die Arbeit sei ungemein wichtig, der Standort „extrem gut und das Personal hervorragend“. Zudem sei zu überlegen, wie die Bigs weiterentwickelt werden könnte, beispielsweise in Verbindung mit einem Familienzentrum.

Angesichts der Sparüberlegungen bei der Stadt Gütersloh und möglichen Kürzungen bei den Öffnungszeiten der Stadtbibliothek mahnte Michael Gutzeit (SPD) die dauerhafte Erreichbarkeit der Bigs an. Monika Paskarbies (CDU), stellvertretende Bürgermeisterin in Gütersloh, erklärte, der Zugang zur Bigs scheine auch bei geschlossener Bibliothek möglich zu sein.

2001 war die Bürgerinformation zur Bündelung verschiedener Beratungsangebote im Gesundheitsbereich ins Leben gerufen worden. Die Träger-Arbeitsgemeinschaft bilden der Kreis, die Stadtbibliothek, die Stadt Stiftung Gütersloh, Krankenkassen, die Landes-Unfallkasse und die *Arbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtsverbände* an. Sie alle, das Land und weitere Kooperationspartner bringen die jährlichen Personal- und Sachkosten in Höhe von 70 000 Euro auf. Daran soll sich auch beim Wechsel der Trägerschaft nichts ändern.

Trägerwechsel der BIGS

Die Glocke vom 16.02.2010



Haben der Bigs ein Gesicht gegeben und der Beratungsstelle hohes Ansehen verschafft: Gesundheits- und Pflegewissenschaftlerin Petra Lummer (links) sowie Diplom-Sozialarbeiterin und Trauerbegleiterin Jenny von Borstel. Bild: Neitemeier

Hintergrund

Die Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (Bigs) will die Kompetenz der Menschen in Gesundheitsfragen stärken. Sie fungiert als Austausch- und Informationsplattform zwischen Bürgern und Fachleuten. Zudem sieht sich die Beratungsstelle in der Stadtbibliothek Gütersloh als Wegweiser

im Gesundheitswesen und Förderer der Selbsthilfearbeit im Kreis. Jährlich gibt es mehr als 2000 Kontakte zu interessierten und Rat suchenden Bürgern. Den Nutzern stehen Bücher, Broschüren, Infoblätter und elektronische Medien zur Verfügung. Dabei haben auch für Laien verständliche Informationen rund um das The-

ma Gesundheit Vorrang. Die Bigs führt zudem Veranstaltungen, Seminare und Fortbildungen zu aktuellen Themen durch. Ferner organisiert sie Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen sowie kreisweite Selbsthilfetage. Bei Aktionssamstagen stellen Selbsthilfegruppen sich und ihre Arbeit regelmäßig vor.

Internationaler Frauentag 08.03.2010

Auszug des Flyers der Frauen Kultur Wochen 2010

„Kendi kendine muayene“ – Meme kanserinin erkenden teşhis edilmesi

Türkçe konuşan bayanlar için seminerler

Perşembe, 18 Mart - Saat 18.00 ve 19.30 arası

Ort: Halle (Westf.) Bürgerzentrum Remise, Café (1. kat), Kiskerstr. 2

Konuşmacı: Dr. İnci, Kadın Doktoru

Kayıt olmak için telefon numarası: 05201/183-181 oder -182

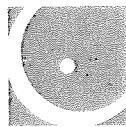
Her on kadından biri ömrünün bir noktasında meme kanserine yakalanıyor. Bu hastalığa en sık yakalananlar 45 – 70 yaşlarındaki kadınlar olmakla beraber meme kanserine yakalanan 40 yaşından genç kadınların oranı da artmaktadır. Hastalık ne kadar erken keşfedilirse, iyileşme şansı da o kadar yüksektir.

Göğüs kanserini önceden tespit edebilmek için, kendinizin de göğsünüzü incelemeniz fevkalade önem taşıyor. Düzenli olarak göğsünüzü incelediğinizde, değişimi erkenden fark edebilirsiniz. Bu nedenle doktorun muayenesi yanısıra, sizin kendinizin yaptığı inceleme çok önemli.

Seminerin bilgisi:

Seminerler katılım ücretsizdir. Seminerlerimizde hem teorik hemde pratik bilgiler verilecektir. Pratik bilgiler suni modellerle uygulanacaktır.

20 yaşından üzeri tüm hanımlar davetlidir. Kapasitemiz sınırlı olduğu için, erkenden müracaat etmeniz rica olunur.



„SICHER FÜHLEN“ ist eine Veranstaltung
im Rahmen der konzertierten Aktion gegen
Brustkrebs in NRW.

*Veranstalterinnen: Programlar Halle 'de bulunan Eşitlikdaresi ve
Bölge-Aile merkezi tarafından BIGS Gütersloh işbirliği ile düzenleniyor*

„Ich habe vieles über das Leben gelernt.
Aber das Wertvollste war: Es geht weiter!“

BRIGITTE BARDOT (*1934)

Internationaler Frauentag 08.03.2010

Auszug des Flyers der Frauen Kultur Wochen 2010

„Sicher fühlen“ – Brustkrebs früher erkennen

Ein Abend für deutschsprachige Frauen

Mittwoch, 17. März – 19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: Halle (Westf.), Bürgerzentrum Remise, Café (1. Stock), Kiskerstr. 2

Referentin: Frau Dr. Gehring (Gynäkologin)

Anmeldung bis 12. März unter Tel. 05201/183-181 oder -182

Jede zehnte Frau erkrankt im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs. Am häufigsten sind Frauen zwischen 45 und 70 Jahren betroffen, doch der Anteil der jüngeren Frauen steigt ständig. Fest steht: Je eher die Erkrankung entdeckt wird, desto größer sind die Heilungschancen. Die Selbstuntersuchung der Brust ist ein wichtiger Bestandteil der Früherkennung. Wenn Sie Ihre Brust regelmäßig untersuchen, haben Sie die Möglichkeit, Veränderungen frühzeitig zu erkennen. Neben der regelmäßigen Vorsorgeuntersuchung durch eine Frauenärztin oder einen Frauenarzt gehört die Selbstuntersuchung der Brust zur wichtigsten Früherkennungsmethode von Brustkrebs.

An diesem Abend erhalten Sie ärztliche Informationen zur Brustgesundheit und erfahren, was bei der Selbstuntersuchung zu beachten ist. Das Seminar ist kostenlos. Es beinhaltet einen theoretischen und einen praktischen Teil. Die praktischen Übungen werden anhand künstlicher Modelle durchgeführt.

Eingeladen sind alle Frauen ab 20 Jahren. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerinnenzahl ist eine frühzeitige Anmeldung sinnvoll.

Für türkische Frauen wird am Folgeabend (18. März, 18.00 Uhr) eine muttersprachliche Information angeboten (siehe nächste Seite).



„SICHER FÜHLEN“ ist eine Veranstaltung
im Rahmen der konzertierten Aktion gegen
Brustkrebs in NRW.

*Veranstalterinnen: Gleichstellungsstelle der Stadt Halle (Westf.) und
BIGS – Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle
im Kreis Gütersloh*

„Schwimmen lernt nur, wer ins Wasser springt.“

LIDA GUSTAVA HEYMANN (1868-1943)

Internationaler Frauentag 08.03.2010

Auszug des Flyers der Frauen Kultur Wochen 2010

8. März – Internationaler Frauentag

Das heißt für uns:

Wir setzen uns für die Gleichberechtigung und Chancengleichheit von Frau und Mann in Beruf, Familie und Gesellschaft ein.

Zur Teilnahme an den Veranstaltungen der FrauenKulturWochen 2010 laden ein:

- Arbeitsgemeinschaft sozialdemokratischer Frauen (ASF)
- AWO Kinder- und Jugendhaus „Funtastic“, Werther
- BIGS-Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh
- Bürgerzentrum Remise der Stadt Halle (Westf.)
- CDU-Frauenunion
- DRK-Begegnungsstätte Halle
- Evangelische Frauenhilfe
- Familienzentrum Fam.o.S. e.V., Werther
- Flüchtlingsberatung der Diakonie im Kirchenkreis Halle e.V.
- Frauenbeauftragte des Ev. Kirchenkreises Halle
- FrauenNetzWerther
- GenerationenNetzwerk Halle
- Gleichstellungsstelle der Stadt Halle (Westf.)
- Gleichstellungsstelle der Stadt Werther (Westf.)
- Gleichstellungsbeauftragte der Ev. Kirchenkreise Halle und Gütersloh
- GRÜNE Frauen
- Haller Arbeitskreis für Frauenfragen
- Jugendzentrum Remise, Halle (Westf.)
- Kulturbüro der Stadt Halle (Westf.)
- MehrGenerationenHaus der Diakonie im Kirchenkreis Halle e.V.
- MiMi – Mit Migrantinnen für Migrantinnen im Kreis Gütersloh
- Ökumenischer Eine-Welt-Kreis Halle/Werther
- Ökumenisches Weltgebetstagsteam Halle
- Ökumenisches Weltgebetstagsteam Werther
- Stadtbücherei Halle
- Stadtführerinnen aus Halle und Werther
- Städt. Kindertagesstätte und Familienzentrum Beckmanns Hof
- VHS Ravensberg

Impressum:

Herausgeberinnen:

Gleichstellungsstelle der Stadt Halle (Westf.)

Gleichstellungsstelle der Stadt Werther (Westf.)

Redaktion: Eva Sperner

Gestaltung: Waltraud Brenneke, Visuelle Kommunikation, Werther

Druck: Vogler Druck, Auflage: 2000

Informationsveranstaltung

Neue Westfälische vom 16.03.2010

Neue Erkenntnisse über den Darmkrebs

■ **Gütersloh.** Auf Einladung der BIGS referiert Prof. Dr. Manfred Varney, Chefarzt der Klinik für Allgemeine, Viszeral- und Unfallchirurgie am Städtischen Klinikum, am Donnerstag, 18. März, zum Thema „Neue Erkenntnisse in der Diagnostik und Therapie beim Dickdarmkrebs“. Sein Vortrag beginnt um 19.30 Uhr. Die Veranstaltung findet in der AOK, Barkeystr. 19, statt. Weitere Informationen in der BIGS, Tel. 82 35 86.

Vortrag: Darum sind die Darmpolypen so gefährlich

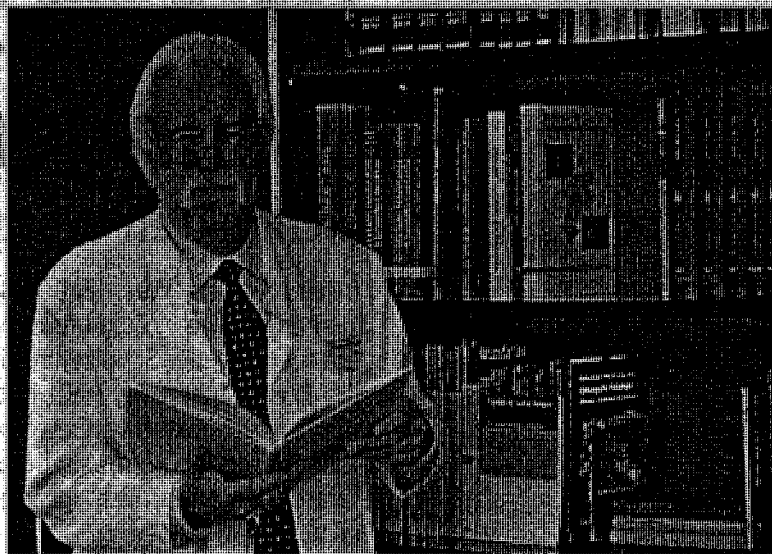
Prof. Dr. Manfred Varney referiert bei der AOK

Gütersloh (WB/wow) »Die Diagnose Darmkrebs ist die zweithäufigste Krebserkrankung in Deutschland mit steigender Tendenz«, sagt Prof. Dr. Manfred Varney, Chefarzt der Klinik für Allgemeine, Viszeral- und Unfallchirurgie am Klinikum Gütersloh.

Trotzdem, so der bekannte Mediziner, sei das Wissen in der Bevölkerung über Möglichkeiten der Vorsorge und über die rasanten Fortschritte in der Therapie nur gering. Am Donnerstag, 18. März, referiert Varney über »Neue Erkenntnisse in der Diagnostik und

Therapie beim Dickdarmkrebs«. Die BIGS-Informationsveranstaltung beginnt um 19.30 Uhr in den Räumen der AOK Gütersloh (Barkeystraße 19).

Für interessierte Laien und auch für betroffene Menschen wird er als Leiter des Darmkrebs-Zentrums der Klinik darüber informieren, wie diese Krankheit überhaupt entsteht, welche Symptome sie zeigt, warum Darmpolypen so gefährlich sind und wie man diese erkennen kann. Denn: Das Risiko im Laufe eines Lebens an Darmkrebs zu erkranken, betrage etwa sechs Prozent, 60.000 bis 70.000 Neuerkrankungen, so Prof. Dr. Varney, seien jedes Jahr zu verzeichnen. »Hinzu kommt, dass Darmkrebs besonders heimtückisch ist, da er in der Regel lange Zeit unbemerkt bleibt. Typische Symptome wie Schmerzen oder Blut im Stuhl machen sich oft erst bemerkbar, wenn der Tumor schon Tochtergeschwülste in anderen Organen abgesiedelt hat.« Um so wichtiger sei eine Vorsorgeuntersuchung. Im Anschluss an seinen Vortrag wird er Fragen aus dem Publikum beantworten.



Prof. Dr. Manfred Varney, Chefarzt am Klinikum Gütersloh, referiert am Donnerstag bei der AOK über Darmkrebs. Foto: Wolfgang Wotke

Informationsveranstaltung

Neue Westfälische vom 20.04.2010

Vortrag über Knorpelschäden am Knie

■ **Gütersloh.** Viele Menschen leiden unter Kniegelenkbeschwerden. Auf Einladung der BIGS referiert Dr. Eugen Klein, Chefarzt der Chirurgischen Abteilung des Städtischen Klinikums, am Standort Rheda zum Thema „Stadiengerechte Behandlung von Knorpelschäden am Knie“. Der Vortrag ist in den Räumen der AOK in Gütersloh, Barkeystraße 19 am Donnerstag, 22. April. Beginn ist 19.30 Uhr, der Eintritt ist frei. Alle interessierten Bürger sind eingeladen. Weitere Informationen in der BIGS unter Tel. (052 41)-82 35 86.

Die Glocke vom 21.04.2010

— *Bigs* —

Knorpelschäden richtig behandeln

Kreis Gütersloh (gl). Auf Einladung der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (Bigs) referiert Dr. Eugen Klein, Chefarzt der Chirurgischen Abteilung des Städtischen Klinikums, am Standort Rheda zum Thema „Stadiengerechte Behandlung von Knorpelschäden am Knie“. Der Vortrag findet am Donnerstag, 22. April, ab 19.30 Uhr in den Räumen der AOK in Gütersloh, Barkeystraße 19 statt. Informationen bei der Bigs, ☎ 05241/823586.

Landestreffen der Schlaganfall-SHG

Neue Westfälische vom 28.04.2010

Landesverband vor Gründung

Treffen der Schlaganfall-Selbsthilfegruppen aus NRW

■ **Kreis Gütersloh.** Dr. Volker Runge's Vortrag hatte seine Wirkung nicht verfehlt. Der Vertreter des Schlaganfallbüros Wünnenberg warb auf dem Landestreffen der Schlaganfall-Gruppen NRW im Kreishaus Gütersloh für die Gründung eines Landesverbands. Ein Landesverband könnte sich auf politischer Ebene viel besser Gehör verschaffen, so Runge. Man könne als Interessenvertretung agieren und so Lobbyarbeit für das Thema Schlaganfall machen, der dritthäufigsten Volkskrankheit in Deutschland.

Auf Einladung der Abteilung Gesundheit, der Kommunalen Gesundheitskonferenz, der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (BIGS) und der Stiftung Deutsche Schlaganfall Hilfe waren Vertreter von 28 Selbsthilfegruppen nach Gütersloh gekommen, um unter anderem über dieses Thema zu diskutieren. Und sie setzten eine Arbeitsgruppe ein, die die Gründung eines Landesverbands vorbereiten soll.

Ziele des Treffens waren zudem eine Verbesserung des Kontaktes zwischen den Schlaganfall-Selbsthilfegruppen in NRW und die gemeinsame Klärung von Problemen, die alle Gruppen in NRW betreffen. Ausführlich ging Jenny von Borstel von der BIGS auf die Vorteile von Netzwerken ein: So könne man etwa Angebote landesweit bündeln und erreiche dadurch eine höhere Aufmerksamkeit. Es sei zudem leichter, sich untereinander zu informieren und auszutauschen, etwa durch Newsletter oder Infobriefe. Auch verbessern sich im Netzwerk die Kooperationsmöglichkeiten, zum Beispiel mit Ärzten, und Kampagnen und Schulungen seien einfacher zu organisieren. Auch im Bereich Öffentlichkeitsarbeit mache ein Landesverband Sinn, sie denke dabei zum Beispiel an einen Internetauftritt oder das Drucken von Broschüren, erklärte von Borstel. 478 Schlaganfall Selbsthilfegruppen gibt es bundesweit, 119 in NRW und sieben im Kreis Gütersloh.



Begrüßten die Teilnehmer des Landestreffens im Kreishaus Gütersloh: Dr. Volker Runge (Schlaganfallbüro Wünnenberg), Jenny von Borstel (BIGS), Christel Kunz (Abteilung Gesundheit), Stefan Stricker (Stiftung Deutsche Schlaganfall Hilfe) und Dr. Matthias Gubba (stellvertretender Leiter Abteilung Gesundheit, v. l.).

Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe

Neue Westfälische vom 27.05.2010

Selbsthilfegruppe lädt ein

■ **Kreis Gütersloh (NW).** Die Selbsthilfegruppe „Opfer von Gewalt“ wendet sich an betroffene Frauen und Männer, die an den Folgen körperlicher Gewalt oder Bedrohung (zum Beispiel Raubüberfall) leiden. Hier sollen Betroffene Betroffenen helfen. Gegenseitiger Beistand kann eine große Unterstützung sein, die negativen Erfahrungen körperlicher Gewalt zu überwinden. Betroffene Bürger sind zum Treffen am Montag, 7. Juni, in der Cafeteria des Katharina-Luther-Haus, um 19 Uhr eingeladen. Weitere Treffen sind jeden ersten Montag im Monat geplant. Informationen erhalten Interessierte unter Tel. (0 52 41) 82 35 86.

Ankündigung – Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen

Die Glocke vom 07.06.2010

Treffen am Samstag

Selbsthilfetag wird vorbereitet

Kreis Gütersloh (gl). Zu einem Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen lädt die Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (Bigs) in Kooperation mit der Ab-

teilung Gesundheit des Kreises ein. Die kreisweite Veranstaltung findet am Samstag, 12. Juni, ab 14 Uhr im Kreishaus in Gütersloh, Herzebrocker Straße 140, statt. Unter anderem geht es um den 13.

Selbsthilfetag in der Stadthalle Gütersloh am 18. September sowie um den Austausch von Erfahrungen. Alle Selbsthilfegruppen sind eingeladen. Informationen in der Bigs, ☎ 05241/823586.

Muskelkranke tagen in der Kreisstadt

Interdisziplinäre Zusammenarbeit bei Diagnose

Von unserem Mitarbeiter
JOHANNES BITTER

Kreis Gütersloh (gl). Mit einer Fachtagung im Kreishaus Gütersloh hat der Landesverband Nordrhein-Westfalen in der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke (DGM) mit Sitz in Freiburg sein 40-jähriges Bestehen begangen. Landesvorsitzender Guido Niebur aus Solingen schätzt die repräsentative sowie vor allem die behindertengerechte Umgebung des Verwaltungsgebäudes.

Seine Landesgruppe ist mit 1500 bis 1600 Mitgliedern einschließlich der Angehörigen die größte in Deutschland. 30 ehrenamtliche Kontaktpersonen sind an Rhein und Ruhr die ersten Anlaufstellen der Betroffenen. Dazu zählen auch Cornelia Papenfuß aus Gütersloh, die in Ostwestfalen-Lippe etwa 150 Mitglieder hinter sich weiß und selbst 30 bis 35 Eltern betreut, sowie die Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh (Bigs) mit Jenny von Borstel.

Bundesvorsitzender Dr. Stefan Perschke aus Osnabrück verwies bei der Tagung darauf, dass es etwa 800 verschiedene neuromuskuläre Krankheiten gibt und schon deshalb auf dem medizinischen Sektor in Kooperationskli-

niken für die komplette Diagnose interdisziplinär zusammengearbeitet werden muss. Außer dem medizinischen werde jedoch das Versorgungsproblem der Erkrankten immer größer, sagt er während eines Pressegesprächs.

Hauptamtliche Berater stehen in der Bundesgeschäftsstelle in Freiburg zu Verfügung. Niebur, der gemeinsam mit seiner Frau Kornelia erst kürzlich mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet wurde, tritt besonders für sogenannte Spezialambulanzen ein, „da niedergelassene Ärzte mit bestimmten Symptomen nichts anzufangen wissen“. Der Landesvorsitzende: „Die Hoffnung, dass es der Forschung irgendwann gelingen wird, geeignete Behandlungsstrategien für neuromuskuläre Erkrankungen zu entwickeln, treibt uns an.“ Daneben stehe gleichberechtigt die psychosoziale Betreuung.

Die stellvertretende Landrätin Ulrike Boden (SPD) sprach bei der Tagung ein Grußwort für den Kreis Gütersloh und überreichte eine Spende für die Ehrenamtlichen. Danach hatten Mediziner, Rechtsanwälte, Sozialarbeiter und Fachleute für barrierefreies Bauen das Wort. Hinzu kam eine Ausstellung mit Elektro-Rollstühlen, Bewegungstrainern, individuellen Sitzsystemen und Spezialeinrichtungen für den Sanitärbereich.

40-jähriges Bestehen 'Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke'

Die Glocke vom 07.06.2010



Sein 40-Jähriges hat der Landesverband der Muskelkranke in Nordrhein-Westfalen in Gütersloh gefeiert: Im Rollstuhl (v. l.) die stellvertretende Landesvorsitzende Ingrid Künster aus Neuß, der Landesvorsitzende Guido Niebur aus Solingen, Schatzmeister Dr. Jürgen Kossowski aus Oberhausen und der Bundesvorsitzende Dr. Stefan Perschke aus Osnabrück; dahinter (stehend v. l.) Kornelia Niebur, die stellvertretende Landrätin Ulrike Boden, Cornelia Papenfuß aus Gütersloh, Jenny von Borstel (Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle) und Christel Kunz (Abteilung Gesundheit beim Kreis). Bild: Bitter

Mehr spezielle Ambulanzen

Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Muskelerkrankte

■ **Kreis Gütersloh (NW).** Was in der Bevölkerung vielfach unter Muskelschwund bekannt ist, kann vielfältige Ursachen haben. Über 800 verschiedene Formen der Erkrankung gibt es. Anlässlich des 40-jährigen Bestehens trafen sich vor kurzem rund 100 Mitglieder des Landesverbandes der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke (DGM), um über Verbesserungen bei der Behandlung Betroffener zu sprechen.

Es war bereits die zweite Veranstaltung dieser Art im Kreishaus Gütersloh. „Wir sind sehr gerne wiedergekommen. Wir schätzen die angenehme und repräsentative Umgebung, vor allem auch die behindertengerechten Räumlichkeiten,“ lobte der Landesvorsitzende Guido Niebur.

Bei der Tagung, die die DGM in Kooperation mit der Abteilung Gesundheit und der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) organisiert hatte, machten die Anwesenden deutlich: „Vielen Ärzten fehlt das nötige Fachwissen, um schnell eine eindeutige Diag-

nose stellen zu können.“ Gleichzeitig forderten die Teilnehmer mehr spezielle Ambulanzen in klinischen Einrichtungen. Bisher hätten viele der Betroffenen eine regelrechte Odyssee durch Arztpraxen hinter sich, bis die Diagnose eindeutig sei.

„Drei neuromuskuläre Zentren gibt es in NRW – zu wenig“, so die Vertreter der DGM. Die Wartezeiten für einen Termin seien außerdem beträchtlich. Bei ihrem Grußwort gratulierte die stellvertretende Landrätin Ulrike Boden Guido und Kornelia Niebur, die Ende Mai das Verdienstkreuz am Bande für ihren

Einsatz bei der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke verliehen bekommen hatten und überreichte eine Spende für die ehrenamtliche Verbandsarbeit: „Betroffene sind in Ihrem Verein in besten Händen, denn die DGM ist die größte Selbsthilfeorganisation für Menschen mit neuromuskulären Erkrankungen in Deutschland.“

Spezialisten referierten nach der Begrüßung und beantworteten zahlreiche Fragen der Teilnehmer. Die Tagung wurde begleitet von einer Ausstellung, bei der sich die Betroffenen über Elektrorollstühle und -mobile,

Bewegungstrainer, individuelle Sitzsysteme nach Maß und Spezialeinrichtungen für Badezimmer informieren konnten. Bei dem Informationsstand von Polizeihauptkommissarin Ellen Haase über die „Sichtbarmachung von Hilfsmitteln im Straßenverkehr“ konnten sich die Teilnehmer auch gleich reflektierende Aufkleber an den Rollstühlen und Gehhilfen anbringen lassen.

Nach der Mittagspause fand ein Vortrag zum barrierefreien Bauen statt. Im Anschluss beantwortete Rechtsanwalt Christoph Fragen zur Antragstellung von Hilfsmitteln und zum möglichen Widerspruchsverfahren. Parallel stand die Sozialberaterin Anke Meier für Fragen zur Verfügung. Im Kreis Gütersloh gibt es derzeit einen von Kornelia Papenfuß geleiteten Elternkreis für erkrankte Kinder an der progressiven Muskeldystrophie Duchenne und Becker.

Außerdem gibt es einen Kontaktkreis für Muskelkranke, Angehörige und Freunde. Kontakt über die Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) unter Tel. (0 52 41) 82 35 86 oder per E-Mail: bigsgt@gt-net.de.

Im Volksmund Muskelschwund

■ Muskelkranke leiden an der Abnahme von Muskelmasse und Muskelkraft aufgrund verschiedener neuromuskulärer Erkrankungen. Im Volksmund werden sie als Muskelschwund bezeichnet.

Die Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke (DGM) wurde 1965 von Ärzten und den Eltern eines muskelkranken Kindes gegründet. Mit zirka 1.500 Mitgliedern ist der

Landesverband NRW der größte Landesverband. Als Interessenvertretung hat sich der Verband folgende Ziele gesetzt: Selbstbestimmung, Integration und Gleichstellung sowie stetige Verbesserung der Lebensqualität.

Die Hilfe zur Selbsthilfe ist neben Information, Öffentlichkeitsarbeit und Forschung einer der wichtigsten Pfeiler der DGM-Arbeit. (NW)

40-jähriges Bestehen 'Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke'

Neue Westfälische vom 10.06.2010



Nahmen an der Tagung teil: Die stellvertretende Landesvorsitzende Ingrid Künster, der Landesvorsitzende Guido Niebur, Schatzmeister Jürgen Kossowski und der Bundesvorsitzende Stefan Perschke (v. l.), dahinter stehend (v. l.) Kornelia Niebur (DGM-Landesvorstand NRW), die stellvertretende Landrätin Ulrike Boden, Cornelia Papenfuß (DGM-Landesvorstand NRW), Jenny von Borstel (Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle) und Christel Kunz (Abteilung Gesundheit des Kreises Gütersloh).

FOTO: NW

„Drei muskuläre Zentren zu wenig“

Vertreter der DGM tagen in Gütersloh

■ Kreis Gütersloh (HK). Was in der Bevölkerung vielfach unter Muskelschwund bekannt ist, kann vielfältige Ursachen haben. Über 800 verschiedene Formen der Muskelerkrankungen gibt es. Doch vielen Ärzten fehle das nötige Fachwissen, um schnell eine eindeutige Diagnose stellen zu können, beklagt die Deutsche Gesellschaft für Muskelerkrankte (DGM), Landesverband für NRW.

Daher unterstützten die rund 110 Mitglieder des Landesverbandes, die sich am vergangenen Wochenende im Gütersloher Kreishaus anlässlich des 40-jährigen Bestehens getroffen hatten, die Forderung nach mehr speziellen Ambulanzen. Bisher hätten viele der Erkrankten eine regelrechte Odyssee durch Arztpraxen hinter sich, bis die Diagnose eindeutig sei. Drei neuromuskuläre Zentren gibt es in NRW – zu wenig, meint der DGM, die Wartezeiten für einen Termin seien beträchtlich.

Veranstalter der Tagung mit anschließender Mitgliederversammlung waren die Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V., Landesverband NRW, in Kooperation mit der Abteilung Gesundheit und der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) des Kreises Gütersloh. Dies war bereits die zweite Veranstaltung dieser Art im Kreishaus Gütersloh. Schon im Jahr 2008 hat der Verband mit den

Kooperationspartnern seine landesweite Jahrestagung im Kreis Gütersloh veranstaltet. „Wir sind sehr gerne wiedergekommen. Wir schätzen die angenehme und repräsentative Umgebung, vor allem auch die behindertengerechten Räumlichkeiten“, lobte der Landesvorsitzende Guido Niebur.

Bei ihrem Grußwort gratulierte die stellvertretende Landrätin Ulrike Boden Guido und Kornelia Niebur, die Ende Mai das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland für ihren Einsatz bei der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke verliehen bekommen haben und überreichte eine Spende für die ehrenamtliche Verbandsarbeit: „Betroffene sind in Ihrem Verein in besten Händen, denn die DGM ist die größte Selbsthilfeorganisation für Menschen mit neuromuskulären Erkrankungen in Deutschland.“

Bei dem Informationsstand von Polizeihauptkommissarin Ellen Haase über die »Sichtbarmachung von Hilfsmitteln im Straßenverkehr« konnten sich die Teilnehmer gleich reflektierende Aufkleber an den Rollstühlen und Gehhilfen anbringen lassen. Nach der Mittagspause fand ein Vortrag zum barrierefreien Bauen statt. Im Anschluss beantwortete Rechtsanwalt Christoph Fragen zur Antragstellung von Hilfsmitteln und zum möglichen Widerspruchsverfahren. Parallel stand die Sozialberaterin Anke Meier für Fragen zur Verfügung. Im Anschluss erfolgte die Mitgliederversammlung der DGM.



Diskutierten: Unser Bild zeigt – von links (im Rollstuhl): Ingrid Künster, Guido Niebur, Dr. Jürgen Kossowski, Dr. Stefan Perschke, dahinter: Kornelia Nie-

Selbsthilfe-Landschaft ist bunt

Kreis Gütersloh (bit). Die Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (Bigs) hat den 13. Selbsthilfetag vorbereitet. Er findet unter der Schirmherrschaft von Landrat Sven-Georg Adenauer am Samstag, 18. September, ab 10.15 Uhr in der Stadthalle Gütersloh statt. Von den inzwischen 277 Gruppen (einschließlich Sport) unter dem Dach der Bigs werden sich 50 bis 60 aktiv beteiligen.

Themen sind die Führerkennung von Prostatakrebs, das Erkennen und Behandeln von Depressionen, alternative Behandlungsmethoden von Migräne sowie Schadstoffe in der Wohnung. Bei dem Projekt „Mimi“ (Migranten für Migranten) werden Gesundheitsprobleme in russischer

Sprache erörtert.

Das Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen am vergangenen Samstag im Sitzungssaal 2 im Kreishaus moderierte Anette Harnischfeger aus Verl. Der Sitzungssaal 1 hatte den Charakter eines „World Cafés“ angenommen. An den Tischen wurden drei Themen mit jeweils demselben Moderator erörtert: „Welchen persönlichen Nutzen gewinne ich aus der Selbsthilfe?“ – „Mehrere Generationen innerhalb einer Gruppe“ – „Ein Ansprechpartner möchte sich zurückziehen. Welche Nachfolgeregelungen gibt es?“ Alle 30 Minuten wechselten die Besetzungen wie „Reisende“.

Die gesammelten Erkenntnisse wurden dem Gesamtplenum vorgelesen. Wie die Bigs-Mitarbeiterinnen Jenny von Borstel (Be-

reich Selbsthilfe) und Petra Lummer (Sektor Gesundheit und Pflege) berichteten, stellen Rheumaliga und Diabetiker sowie der Suchtbereich die größten Einzelgruppen in der Selbsthilfe dar. Hinzu kamen neu unter anderem die Gruppen „OWL-Blickkontakte“ für Sehbehinderte, Eltern, die behindert oder chronisch krank sind, sowie Eltern mit homosexuellen Kindern. Die Bigs versteht sich als bürgernahe und kompetente Anlaufstelle zu Fragen der Gesundheit, Selbsthilfe und Pflege. Der Kreis ist Träger des in der Stadtbibliothek Gütersloh untergebrachten Modellprojekts. Er wird von Krankenkassen, Wohlfahrtsverbänden und der Bürgerstiftung Gütersloh unterstützt.



www.bigs-guetersloh.de

Thementag am 18. September



Haben den 13. Selbsthilfetag vorbereitet, der am 18. September in der Gütersloher Stadthalle mit 277 Gruppen stattfinden wird: (v. l.) Jenny von Borstel und Petra Lummer von der Bigs, Manfred Bohnenkamp (Evangelische Kirchengemeinde Steinhagen) und Moderatorin Anette Harnischfeger (Verl).

Bild: Bitter

Infos bei Rock- und Ethnomusik

Junge MS-Gruppe Halle lädt zur Infoparty in die Remise

VON HEIKO KAISER

■ **Halle.** Seit 2007 gibt es die Junge MS-Gruppe Halle. „Jung steht für dynamisch und neue Ideen“, sagt ihr Vorsitzender Michael Friebe. In Zusammenarbeit mit der Gütersloher Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (BIGS) hat er eine dieser Ideen in die Tat umgesetzt und lädt am 3. Juli zur »Infoparty« in die Remise.

MS ist die Abkürzung für Multiple Sklerose, eine entzündliche, chronische Erkrankung des zentralen Nervensystems. Ihr Verlauf und die Symptome können ganz unterschiedlich sein. In

Selbsthilfegruppen finden die Betroffenen Hilfestellung und gegenseitige Unterstützung.

Anlässlich der Veranstaltung am 3. Juli besteht Gelegenheit, sich mit Mitgliedern der Jungen MS-Gruppe Halle über die Erkrankung auszutauschen. Gleichzeitig ist die BIGS in der Remise mit einem Team von sogenannten In-Gang-Setzern vertreten. Sie stehen Menschen, die sich mit dem Gedanken tragen, eine Selbsthilfegruppe zu gründen mit Rat und Tat zur Seite. „Die In-Gang-Setzer sind von uns ausgebildet und helfen in der Gründungsphase, die auftretenden Schwierigkeiten zu meistern“, sagt Jenny von Borstel von der BIGS. Besonders freut sich

die Diplom-Sozialarbeiterin darüber, dass es gelungen ist, Serdar Akarsu und die Ethno-Band Firemoon für die Veranstaltung zu gewinnen. Sie hofft so, Menschen mit Migrationshintergrund auf Selbsthilfegruppen aufmerksam zu machen, da dieser Personenkreis in den Gruppen stets stark unterrepräsentiert ist.

Firemoon präsentiert in der Remise multikulturelle Klänge. „Türkische Volksmusik mit westlichen Harmonien“, kündigt der Haller Sänger Serdar Akarsu an. Außerdem konnte Michael Friebe die Gruppe Visible Touch aus Bielefeld für einen Auftritt gewinnen. Die Band ist seit über 20 Jahren in Ostwestfa-

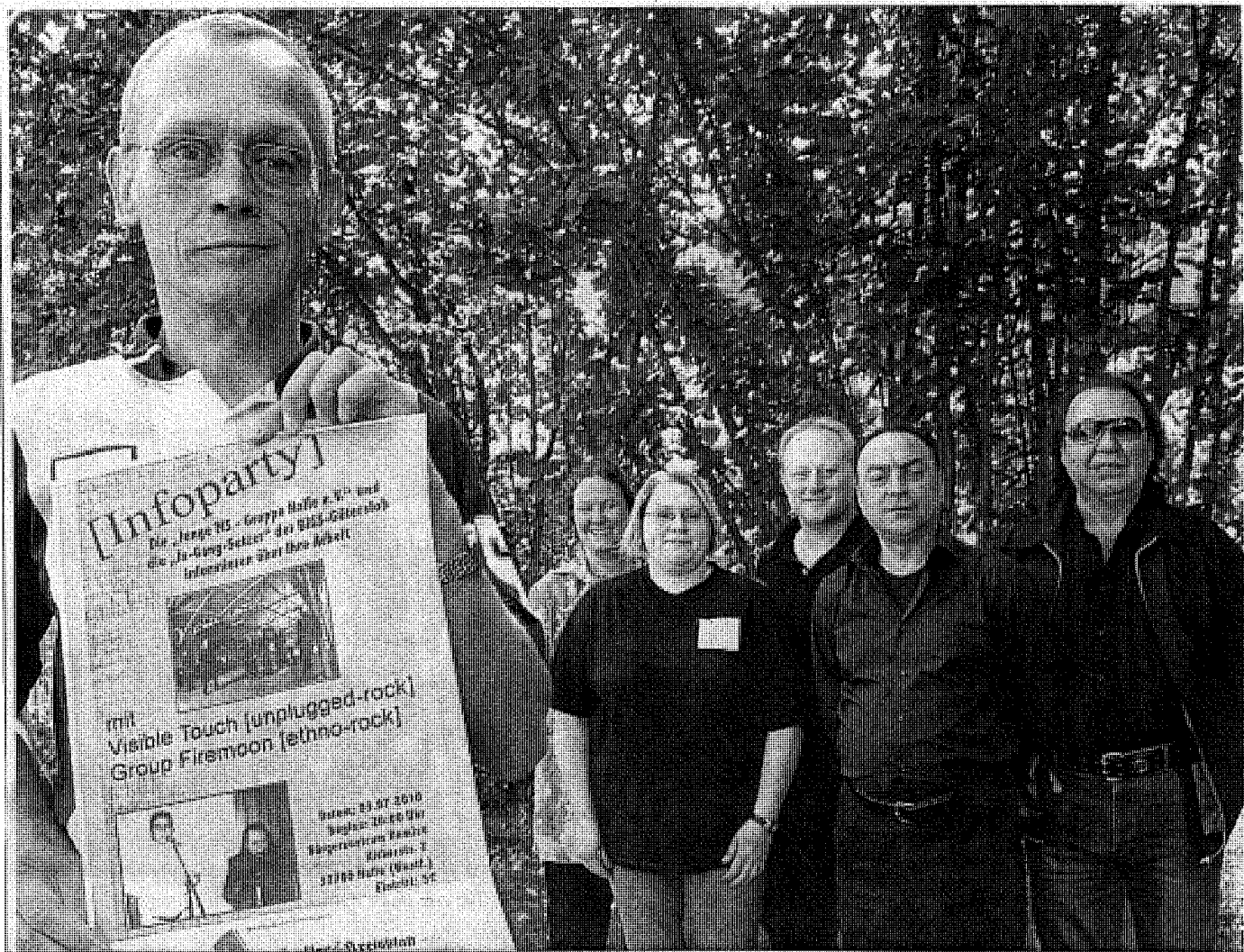
len unterwegs, kommt mit acht Musikern und spielt Unplugged-Rock. Für Sänger Uwe Taaken war es keine Frage, die Veranstalter zu unterstützen. „Was in Selbsthilfegruppen geleistet wird, ist unglaublich“, sagt er und fügt hinzu: „Durch solche Veranstaltungen sinkt die Hemmschwelle, sich an eine dieser Gruppen zu wenden.“

Mit dem Eintrittspreis von fünf Euro für die musikalischen Darbietungen unterstützen die Besucher die Junge MS-Gruppe in Halle. Wer sich lediglich über die Arbeit der BIGS informieren möchte oder aber Gespräche mit Mitgliedern der Jungen MS-Selbsthilfegruppe sucht, muss keinen Eintritt bezahlen.

Infoparty der SHG „Junge MS-Gruppe Halle“

Haller Kreisblatt vom 17.06.2010

HALLER KREISBLATT NR. 135, DONNERSTAG, 17. JUNI 2010



Infoparty: Michael Friebe (vorne), Vorsitzender Junge MS-Gruppe, lädt in die Remise ein. BIGS-Mitarbeiterin Jenny von Borstel, Kerstin Gehle von der MS-Gruppe und die Musiker Uwe Taake, Serdar Akarsu und Myster T. (hinten von links) sind ebenfalls dabei.

FOTO: H. KAISER

Infoparty der SHG „Junge MS-Gruppe Halle“

Neue Westfälische vom 30.06.2010

Infoparty zum Thema Selbsthilfe in der Remise

■ **Altkreis Halle (HK).** Zu einer Infoparty mit Ethno-Rock laden die »Junge MS-Gruppe« und die »In-Gang-Setzer« von Selbsthilfegruppen der BIGS am Samstag, 3. Juli, 20 Uhr, in die Remise, Kiskerstraße 2, ein. Die Bands »Visible Touch« und »Group Firemoon« spielen Ethno-Rock. Besucherinnen und Besucher können sich im Rahmen der Party zum Thema Selbsthilfegruppen informieren. Überschüssige Anteile aus dem Eintritt (fünf Euro) kommen der »Jungen MS-Gruppe« aus Halle zu Gute. Weitere Informationen in der BIGS (Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh) unter ☎ (0 52 41) 82 35 86.

Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe

Neue Westfälische vom 30.06.2010

Die Ohnmacht nehmen

Neue Krebs-Selbsthilfegruppe will informieren und Hoffnung geben

■ **Steinhagen (fja).** In Steinhagen gründet sich ein Krebs-Gesprächskreis. Er will Betroffenen und Angehörigen Unterstützung geben. Das erste Treffen findet am Dienstag, 6. Juli, im Heimathaus statt.

Siegfried Keil ist selbst Betroffener; der 67-Jährige litt an Darmkrebs und hat bereits in Schloß Holte-Stukenbrock eine Selbsthilfegruppe zum Thema Krebs gegründet. Seit Anfang dieses Jahres lebt er in Steinhagen und sieht auch hier den Bedarf für einen Gesprächskreis. Das bestätigt Jenny von Borstel von der Bürgerinformation Ge-

sundheit und Selbsthilfe im Kreis Gütersloh, kurz BIGS: „Die nächsten Gruppen sind erst in Bielefeld und in Gütersloh, im Altkreis Halle gibt es kein entsprechendes Angebot.“

In der Gruppe sind alle Betroffenen willkommen – nicht nur Steinhagener, egal welches Alter und ganz gleich unter welcher Krebsart sie leiden. „Verschiedene Krankheiten bringen unterschiedliche Erfahrungen mit sich, aber sie haben alle ein Grundthema. Es geht darum, die Ohnmacht gegenüber der Erkrankung zu nehmen, sich gegenseitig Hoffnung, Zuversicht und Lebenssinn zu geben“,

nennt Siegfried Keil die Ziele der Gruppe. Dazu bietet er übrigens auch Einzelgespräche an für Menschen, die sich nicht sofort einem großen Kreis öffnen möchten. Neben dem Gedanken- und Erfahrungsaustausch sind gemeinsame Unternehmungen möglich. Daneben plant Keil mit Hilfe von Vorträgen und Lesungen auch ein Stück Aufklärungsarbeit zu leisten.

Wer Interesse an dem Gesprächskreis hat, kommt am 6. Juli um 19 Uhr einfach ins Heimathaus oder meldet sich bei Siegfried Keil unter ☎ (0 52 04) 8 70 56 56.



Laden zum neuen Gesprächskreis ein: Initiator Siegfried Keil (von links), Jenny von Borstel und Johann Jahn von der BIGS. FOTO: F. JASPER

Selbsthilfebund stellt sich vor

■ **Gütersloh.** Am Aktionssamstag der BIGS (Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle) am Samstag 3. Juli, von 10 bis 13 Uhr informieren Mitglieder der Selbsthilfegruppen "Arthrose-Selbsthilfe" und „Chronische Schmerzen

und Fibromyalgie" sowie der Ansprechpartner des ostwestfälischen Zentrums für Fibromyalgie Dr. med. Tibir Kracun. Fibromyalgie wird zu den weichteilrheumatischen Krankheiten gerechnet. Der Verlauf ist meist chronisch mit Schmerzen an ver-

schiedenen Körperregionen. Gleichzeitig treten oft Magen- und Darmbeschwerden, Schlafschwierigkeiten und Konzentrationsschwäche auf. Interessierte sind eingeladen, sich am Aktionssamstag im Foyer der Stadtbibliothek zu informieren.

Kassen stützen Etat der Selbsthilfegruppen

Krankenversicherungen stocken Betrag um 26 Prozent auf

Kreis Gütersloh (WB). Die gesetzlichen Krankenkassen unterstützen in diesem Jahr die Arbeit von 72 Selbsthilfegruppen im Kreis mit 38 400 Euro. Das sind 7970 Euro oder 26 Prozent mehr als im vergangenen Jahr. Die Gelder wurden jetzt ausgezahlt.

Die kassenübergreifende Gemeinschaftsförderung auf Kreisebene wurde im Jahr 2008 eingeführt. Die Gesetzgebung sieht hierzu ein Entscheidungsgremium aus Krankenkassenvertretern und legitimierte Vertretern der Selbsthilfe vor, das über die Anträge der Selbsthilfegruppen entscheidet. Die Selbsthilfegruppen konnten ih-

re Anträge auf Unterstützung bis zum 31. März stellen. Nach der Aufbereitung der Antragsunterlagen wurde Anfang Juni über die Förderanträge entschieden. Die Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) steht dabei sowohl den Krankenkassen als auch den Selbsthilfegruppen mit fachkundigem Rat zur Seite und dient als neutraler Anlaufpunkt bei der Antragstellung. »Hierdurch wird der Verwaltungsaufwand für die Selbsthilfegruppen deutlich vereinfacht«, betonen die Beteiligten.

Die Federführung in diesem Verfahren hatte in diesem Jahr die Bertelsmann BKK. Deren

Vorstandsvorsitzender Wolfgang Diembeck ist zufrieden mit der Zusammenarbeit unter den Beteiligten und dem guten Verlauf. Sein Dank gilt dem Team der BIGS, »das sich als kompetenter Ansprechpartner in Sachen Selbsthilfe gezeigt hat«.

Die BIGS ist neutraler Anlaufpunkt bei der Antragstellung.

Auch Jenny von Borstel von der BIGS zieht ein positives Fazit: »Die Krankenkassen im Kreis haben diese Aufgabe gemeinsam und wettbewerbsneutral umgesetzt. Mit den Fördergeldern sichern sie den Haushalt der Selbsthilfegruppen, die so einen großen Teil der laufenden Ausgaben decken können. Die Gemeinschaftsförderung trägt damit der sehr wichtigen Aufgabe der Gruppen Rechnung.«



Sind zufrieden mit der Vereinbarung über die Förderung der Selbsthilfegruppen (von links): Anette Harnischfeger (Schlaganfall-Gruppe), Norbert Hensdiek (Suchtbereich Kreis Gütersloh), Ursula Hilbert (AOK), Michael Abeling (DAK), Claudia Röttgers (Barmer), Wolfgang Diembeck (Bertelsmann BKK), Hans Mutz (Diabetiker Kreis Gütersloh), Dirk Langert (Vereinigte IKK), Jenny von Borstel (BIGS). Foto: WB

BIGS informiert in eigener Sache

Veranstaltung in der Stadtbibliothek Gütersloh

■ **Kreis Gütersloh (NW).** Zu einer Informationsveranstaltung für Hörgeschädigte und ihre Familien mit dem Titel „Kennen lernen der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (BIGS) im Kreis Gütersloh“ lädt am Dienstag, 6. Juli, um 16.30 Uhr in der Stadtbibliothek Gütersloh das Netzwerk Hörgeschädigte im Kreis Gütersloh in Kooperation mit der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) ein. Ziel der Veranstaltung ist es, gehörlose Menschen auf die BIGS aufmerksam zu machen und sie zur Nutzung dieser Einrichtung zu ermuntern.

Information und Unterhaltung

*Selbsthilfekontaktstelle des Kreises präsentierte
sich in Halle bei der jungen MS-Gruppe*

■ Halle (flog). Informieren und helfen, das ist die Aufgabe von Selbsthilfegruppen. Doch viele Leute haben Scheu vor diesen Gruppierungen. Um diese Befangenheit zu nehmen, haben die Junge MS-Gruppe Halle und die Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) am Samstag einen Informationsabend in der Remise veranstaltet.

Das BIGS informierte an ihrem Infostand über das breite Angebot von Gruppen zu fast jedem Thema im Kreis Gütersloh. 250 verschiedene dieser Selbsthilfeeinrichtungen gibt es. Am bekanntesten sind dabei jene zu Themen wie Diabetes oder Krebs.

„Wir bieten aber nicht nur Selbsthilfegruppen gegen Krankheiten, sondern auch für die Hilfe bei ganz alltäglichen Problemen, wie zum Beispiel für

alleinerziehende Mütter oder Väter an“, erklärt die Ansprechpartnerin für Selbsthilfe, Jenny von Borstel.

Um den Besuchern auch über die fachkundige Information hinaus etwas zu bieten, wurden neben dem BIGS auch zwei Bands engagiert. „Visible Touch“ spielte progressive Rockmusik und die Band „Fire Mountain“ um Mitorganisator Serdar Akarsu präsentierte ethnische Rockmusik.

„Wir haben ganz bewusst mit unserer Band „Fire Mountain“ auch eine ausländische Musikgruppe performen lassen, um auch die Hemmschwelle für ausländische MS-Kranke zu senken“, verrät der Musiker. „Die Einnahmen der Veranstaltung wurden in vollem Umfang der jungen MS-Gruppe Halle überlassen“, erklären die beiden Organisatoren Michael Friebe und Serdar Akarsu.



Fachkundige Informanten: Siegfried Keil (von links), Jenny von Borstel, Michael Stramm, Monika Bodmann und Michael Friebe erläuterten ihre zahlreichen Selbsthilfemaßnahmen.

Krankenkassen

Selbsthilfegruppen erhalten mehr Geld

Kreis Gütersloh (gl). Die gesetzlichen Krankenkassen unterstützen die Arbeit von 72 Selbsthilfegruppen im Kreis Gütersloh mit 38 400 Euro. Das sind 7970 Euro (26 Prozent) mehr als im Vorjahr. Die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung auf Kreisebene wurde im Jahr 2008 eingeführt. Das Gesetz sieht ein Entscheidungsgremium aus Kassenvertretern und Vertretern der Selbsthilfe vor, das über die Anträge der Gruppen auf Förderung entscheidet. Die „Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh“ (Bigs) steht dabei mit Rat zur Seite und dient als neutraler und zentraler Anlaufpunkt bei der Antragstellung und -annahme. Dadurch wird der Ver-

waltungsaufwand für die Selbsthilfegruppen deutlich vereinfacht.

Die Federführung in diesem Verfahren hatte die Bertelsmann BKK. Vorstandsvorsitzender Wolfgang Diembeck zeigte sich zufrieden mit der konstruktiven Zusammenarbeit der Beteiligten. Sein Dank galt insbesondere dem Team der Bigs, „das sich wieder einmal als kompetenter Ansprechpartner in Sachen Selbsthilfe gezeigt hat“. Auch Jenny von Borstel von der Bigs zieht ein positives Fazit: „Die Krankenkassen im Kreis haben ihre Aufgabe wettbewerbsneutral umgesetzt. Mit den Fördergeldern sichern sie den Haushalt der Selbsthilfegruppen, die so einen großen Teil der Ausgaben decken können.“



Die Krankenkassen auf Kreisebene haben entschieden, welche Selbsthilfegruppen Fördermittel erhalten: (v.l.) Anette Harnischfeger (Schlaganfall-Selbsthilfe), Norbert Hensdiek (Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen im Suchtbereich), Ursula Hilbert (AOK), Michael Abeling (DAK), Claudia Röttgers (Barmer GEK), Wolfgang Diembeck (Bertelsmann BKK), Hans Mutz (Diabetiker Kreis Gütersloh), Dirk Langert (Vereinigte IKK) und Jenny von Borstel (Bigs).

Netzwerk Hörgeschädigte



Hörgeschädigte waren zu Gast in der Selbsthilfekontaktstelle Bigs. Jenny von Borstel (links) und Petra Lummer erläutern die Angebote, Norbert Dormann übersetzt in Gebärdensprache. Bild: Böhme

Ist Kontakt erst da, klappt Kommunikation

Kreis Gütersloh (kab). Die Berührungspunkte zwischen Hörgeschädigten und Hörenden scheinen vielfach unüberwindbar. Die wenigen Beratungsstellen im Kreis Gütersloh werden von vielen Gehörlosen nicht aufgesucht. Um solche Hemmschwellen zu überwinden, hatte das „Netzwerk Hörgeschädigte“ eine informative Besichtigung der „Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle“ (Bigs) organisiert.

„Hörgeschädigte wissen, dass für sie die Kommunikation in Beratungsstellen ebenso problematisch ist wie im übrigen Alltag“, erklärt Renate Kortemeier von der Familien- und Erziehungsberatung für Hörgeschädigte der Diakonie Gütersloh. Das habe zur Folge, dass sie sich mehr und mehr zurückzögen und keine Beratung annähmen. „Wir möchten auf die Situation der gehörlosen Bürger in Gütersloh aufmerksam machen und Verständnis wecken“, so Kortemeier. Man müsse deutlich machen, dass es für beide Seiten fruchtbar sei, voneinander zu lernen und zu erfahren.

„Wenn der Kontakt erstmal da ist, klappt auch die Kommunikation ganz gut“, berichtet Gereon Gilles von der Beratungsstelle für Hörgeschädigte. Die Gebärdensprache sei die wichtigste Voraus-

setzung und ausschlaggebend für die soziale Identität der Betroffenen. Das „Netzwerk Hörgeschädigte“ im Kreis Gütersloh wurde 2005 gegründet. „Zunächst war es uns wichtig, ein Notfallfax einzurichten, über das Hörgeschädigte die Polizei erreichen können“, erklärt Ursula Rutschkowski, Opferschutzbeauftragte der Polizei Gütersloh.

Während der Informationsveranstaltung im Erdgeschoss der Stadtbibliothek steht Norbert Dormann den 15 Hörgeschädigten als Gebärdensprach-Dolmetscher zur Verfügung. Er übersetzt die Informationen von Gesundheits- und Pflegewissenschaftlerin Petra Lummer sowie von Jenny von Borstel, Diplom-Sozialarbeiterin, Trauerbegleiterin und Psychotherapeutin. Die beiden Fachkräfte der Bigs erläutern die vielfältigen Möglichkeiten, die die Anlaufstelle bietet. Die Besucher zeigen sich interessiert, stellen Fragen und nehmen dankbar Broschüren an. „Da wir keine Ärzte sind, stellen wir auch keine Diagnosen. Wir bieten lediglich Informationen an“, betont Petra Lummer.

Nach der Veranstaltung haben die Gäste die Möglichkeit, sich in der Beratungsstelle umzusehen. Zumindest die Hemmschwelle gegenüber dieser Beratungsstelle scheint überwunden zu sein.

Finanzhilfe für Selbsthilfegruppen

Gütersloher Krankenkassen fördern Arbeit mit 38.400 Euro

■ **Kreis Gütersloh.** Die gesetzlichen Krankenkassen unterstützen in diesem Jahr die Arbeit von 72 Selbsthilfegruppen im Kreis mit 38.400 Euro. Das sind 7.970 Euro oder 26 Prozent mehr als 2009. Die Summe wurde jetzt ausbezahlt.

Die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung auf Kreisebene gibt es seit 2008. Die Gesetzgebung sieht hierzu ein Entscheidungsgremium aus Krankenkassenvertretern und legitimen Vertretern der Selbsthilfe vor, das über die Anträge der Selbsthilfegruppen entscheidet.

Die Selbsthilfegruppen konnten ihre Anträge bis zum 31. März stellen. Nach der Aufbereitung der Antragsunterlagen wurde Anfang Juni über die Förderanträge entschieden. Die „Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh“ (BIGS) steht dabei sowohl den Krankenkassen als auch den Selbsthilfegruppen mit fachkundigem Rat zur Seite und dient als neutraler und zentraler Anlaufpunkt bei der Antragstellung und -annahme. Hierdurch wird der Verwaltungsaufwand für die Selbsthilfegruppen vereinfacht.

Die Federführung in diesem Verfahren hatte in diesem Jahr die Bertelsmann BKK. Vorstandsvorsitzender Wolfgang Diembeck ist sehr zufrieden mit der konstruktiven und unkomplizierten Zusammenarbeit unter den Beteiligten und dem guten Verlauf. Sein Dank gilt insbesondere dem Team der BIGS, „das sich wieder einmal als kompetenter Ansprechpartner in Sachen Selbsthilfe gezeigt hat“.

Auch Jenny von Borstel von der BIGS zieht ein positives Fazit: „Die Krankenkassen im Kreis haben diese Aufgabe gemeinsam und wettbewerbsneutral umgesetzt. Mit den Fördergeldern sichern sie den Haushalt der Selbsthilfegruppen, die so einen großen Teil der laufenden Ausgaben decken können. Die Gemeinschaftsförderung trägt damit der sehr wichtigen Aufgabe der Gruppen Rechnung.“



Hervorragende Zusammenarbeit: Anette Harnischfeger (Schlaganfall-SHG), Norbert Hensdiek (ARGE SHG Suchtbereich Kreis GT), Ursula Hilbert (AOK), Michael Abeling (DAK), Claudia Röttgers (Barmer GEK), Wolfgang Diembeck (Bertelsmann BKK), Hans Mutz (Diabetiker Kreis GT), Dirk Langert (Vereinigte IKK), Jenny von Borstel (BIGS).

13. Tag der Selbsthilfe

Neue Westfälische vom 25.08.2010

Migräne ist Thema beim Selbsthilfetag

■ **Gütersloh.** Alternative Wege aus dem Schmerz wird Andreas Fichtner am Samstag, 18. September 13 Uhr, in der Stadthalle aufzeigen. Im Rahmen des 13. Selbsthilfetages wird der Heilpraktiker über die Ursachenforschung für Migräne in der Alternativmedizin referieren.

Informationsveranstaltung

Neue Westfälische vom 25.08.2010

Depressionen erkennen und behandeln

■ **Gütersloh.** Dr. Klaus-Thomas Kronmüller, ärztlicher Direktor der Klinik des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe, hält am Samstag, 18. September, einen Vortrag über Diagnostik und Behandlung von Depressionen. Die Veranstaltung während des Selbsthilfetages in der Gütersloher Stadthalle beginnt um 12 Uhr. Depressionen seien nicht nur eine der häufigsten psychischen Störungen, sondern eine der häufigsten Erkrankungen überhaupt. Auf Grund der Vielgestaltigkeit von Depressionen werde diese oft nicht erkannt. Der Eintritt ist frei.

Brustkrebs-Seminar „Sicher fühlen“

Emskurier Ausgabe September 2010

„Sicher fühlen“

Brustkrebsprävention für russisch-deutschsprachige Frauen



v.links: Petra Lummer (BIGS), Dr.Helena Potthoff, Monika Edler-Rustige, Irina Laukart-Sluis und Elena Heinze (Rucksack-Projekt)

(HiT) Je früher eine Brustkrebserkrankung erkannt wird, desto größer sind die Heilungschancen und zu eben dieser Früherkennung gehört neben den regelmäßigen Vorsorgeterminen beim Gynäkologen auch die Selbstuntersuchung der Brust. Vor diesem Hintergrund bietet die Bürgerinformation Gesundheits- und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) seit 2003 in Kooperation mit den Gleichstellungsbeauftragten Seminare unter dem Motto „Sicher fühlen“ an. Interessierte Frauen lernen dabei in einer theoretischen Einführung Wissenswertes über den Aufbau der Brust, Anzeichen und Verlauf einer eventuellen Erkrankung und vorbeugende Maßnahmen durch gesunde Lebensweise. Anschließend können die Teilnehmerinnen an Modellen lernen, die Brust fachgerecht zu untersuchen und Veränderungen zu ertasten. Viele Frauen haben das Angebot in den letzten Jahren genutzt. Für Migrantinnen erhöht sich die Hemmschwelle oft durch Sprach- und Verständnisschwierigkeiten, daher freut Monika Edler-Rustige, die Harsewinkeler Gleichstellungsbeauftragte sich sehr darüber, dass sie das Seminar im ver-

gangenen Jahr erstmals in Zusammenarbeit mit einer türkischen Frauenärztin in deren Muttersprache für türkische Frauen anbieten konnte. Die Resonanz der Veranstaltung am Dammans Hof war unerwartet, aber erfreulich groß. Auf Anregung von Irina Laukart-Sluis **wird am 16. September von 10 bis 11.30 Uhr** in der alten Post eine entsprechende Veranstaltung für Frauen mit russischer Muttersprache stattfinden. Geleitet wird das Seminar von Dr. Helene Potthoff. Die Gynäkologin, die aus Kasachstan stammt, praktiziert im Rahmen der Gemeinschaftspraxis Dr.Schmidt / Dr. Harkensee / Dr.Bublak im Harsewinkeler Gesundheitszentrum an der August-Claas-Straße. Zuvor war sie im Städtischen Klinikum in Gütersloh sowie im Josef-Hospital in Warendorf tätig. Die engagierte Ärztin hofft, neben jungen Frauen ab 20 Jahren auch besonders ältere Frauen mit ihrer Aufklärung über Krebsprävention in deren Muttersprache zu erreichen. Das Seminar ist kostenlos. Da die Teilnehmerzahl auf 15 Frauen begrenzt ist, ist eine Anmeldung Bei Monika Edler-Rustige (Tel: 05247-935 169) oder im Bürgerbüro erforderlich. Bei Interesse werden weitere Seminare veranstaltet.

Brustkrebs-Seminar „Sicher fühlen“

Westfalen-Blatt vom 03.09.2010



Mit Elena Heinze (rechts) haben die Organisatoren Petra Lummer, Dr. Helene Potthoff, Monika Edler-Rustige, Irina Laukart-Sluis (von links) des Seminars ihre erste russische Teilnehmerin gefunden. Sie wird an Modellen lehren, wie man Knoten ertastet. Foto: Westerwalbesloh

Frauen das Fühlen lehren

Seminar zur Brustkrebs-Früherkennung lehnt sich an landesweite Kampagne an

■ Von Elke Westerwalbesloh

Harsewinkel (WB). Schockdiagnose: Brustkrebs! Jedes Jahr erkranken fast 50 000 Frauen an Brustkrebs. Jede zehnte Frau ist im Laufe ihres Lebens davon betroffen. »Wer den Knoten in der Brust früh ertastet, hat die besten Heilungschancen«, erklärt Dr. Helene Potthoff. Deshalb gibt sie ein Seminar, in dem Frauen das Fühlen lernen.

Vor allem russische Frauen sind in diesem Seminar am Donnerstag, 16. September, angesprochen, sich an Brustmodelle heranzutasten. Dr. Helene Potthoff stammt aus Kasachstan und ist der russi-

schen Sprache mächtig. Sie ist seit etwa einem Jahr in Harsewinkel an der August-Claas-Straße als Frauenärztin tätig und weiß um die Berührungängste der Frauen bescheid.

»Sich selbst anzufassen, den Körper zu erkunden, das ist den meisten russischen Frauen fremd«, berichtet die Medizinerin. Das bestätigt auch Gleichstellungsbeauftragte Monika Edler-Rustige, die sich seit zehn Jahren für die Früherkennung von Brustkrebs engagiert. »Wir haben uns immer auf die Migranten konzentriert, allerdings konnten wir die Seminare nur in deutscher und türkischer Sprache anbieten«, sagt Edler-Rustige. Sie haben viele Frauen erreicht – vor allem auch

Erst für Frauen ab 50 Jahren wird in NRW das Mammografiescreening angeboten.

die Älteren, berichtet sie. Edler-Rustige konnte es kaum glauben, als sie erfuhr, dass oftmals die Männer der ausländischen Mitbürgerinnen die Veränderungen an der Brust der Frau bemerkten und sie dann zur Frauenärztin schickten. »Das können die Frauen doch selbst erlernen – auch wenn es Sprachschwierigkeiten gibt«, ist sich Edler-Rustige sicher. Deshalb bekommt sie Verstärkung von Dr. Helene Potthoff und

Petra Lummer. Lummer gehört zum Team der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfe im Kreis Gütersloh (BIGS). Sie unterstützt im Rahmen der landesweiten Kampagne des Ministeriums für Frauen, Jugend, Familie und Gesundheit »Sicher

fühlen – Selbstuntersuchung der Brust« das Seminar in Harsewinkel.

Monika Edler-Rustige hat auch die Gruppenleiterin Irina Laukart-Sluis vom Sprachförderprogramm »Rucksack« mit ins Boot geholt. Zusammen wollen sie nun die russischen Frauen erreichen und sie für ihr Seminar begeistern. Denn dieses ist als Ergänzung zu den Vorsorgeuntersuchungen bei der Frauenärztin zu sehen. Ab dem 30. Lebensjahr haben Frauen Anspruch auf ein jährliches Abtasten der Brust beim Arzt. Erst im Alter von 50 Jahren wird Frauen in NRW das Mammografiescreening angeboten.

Anmeldungen zum Seminar sind über die Gleichstellungsstelle (Telefonnummer 0 52 47/93 51 69) und das Bürgerbüro (Telefonnummer 0 52 47/93 51 82) möglich.

13. Tag der Selbsthilfe

Selbsthilfetag in Gütersloh



Beim 13. Tag der Selbsthilfe am Samstag, 18. September, in der Stadthalle Gütersloh sind diese Männer und Frauen für verschiedene Gruppen mit dabei.
Bild: Bitter

50 Gruppen stellen ihre Arbeit vor

Kreis Gütersloh (bit). Der 13. Tag der Selbsthilfe im Kreis Gütersloh steht unter dem Motto „Gemeinsam sind wir stark“. Er findet am Samstag, 18. September, von 10 bis 17 Uhr in der Stadthalle Gütersloh statt.

Dort werden sich 50 Selbsthilfegruppen aus dem Kreisgebiet und der angrenzenden Stadt Bielefeld präsentieren. Die Organisation haben Anette Harnischfeld aus Verl (Schlaganfallstiftung), Jenny von Borstel (Bürgerinformation und Selbsthilfekon-

takstelle in der Stadtbibliothek Gütersloh), Christel Kunz (Abteilung Gesundheit beim Kreis Gütersloh) und Manfred Bohnenkamp aus Steinhausen (Selbsthilfegruppe Angst und Panik) übernommen. Unter anderem können mit dem Schlaganfall-Testkoffer Risikofaktoren aufgespürt werden.

Für das musikalische Rahmenprogramm sorgt die Schule für Musik und Kunst nach der Eröffnung um 10.15 Uhr durch Landrat Sven-Georg Adenauer. (CDU).

Ab 11.45 Uhr, 13.45 und um 15.45 Uhr bewirbt Clownin Louisa (Elaisa Schulz), dass Lachen gesund ist.

Ab 11 Uhr setzt sich der Chefarzt am Städtischen Klinikum Gütersloh, Dr. Rüdiger Klän, mit dem Pro und Kontra der Prostatafrüherkennung auseinander. Für den Diplom-Psychologen und Ärztlichen Direktor an der Klinik des Landschaftsverbands Westfalen-Lippe, Privatdozent Dr. Klaus-Thomas Kronmüller, heißt ab 12 Uhr das Thema „Depressio-

nen erkennen und behandeln“. Als „Gewitter Kopf“ bezeichnet Heilpraktiker Andreas Fischer aus Werther ab 13 Uhr die Migräne. Ab 14 Uhr fragt Baubiologe Joachim Gertenbach (Wuppertal/Gütersloh): „Unsere Wohnung – eine Oase oder eine Quelle von Schadstoffen?“ Die Gesundheitsmediatorinnen der Gruppe „Migranten für Migranten“, Irina Scheit und Irina Kopp, vermitteln ab 15 Uhr Erkenntnisse über seelische Erkrankungen in russischer Sprache.

Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe

Westfalen-Blatt vom 04.09.2010



Jenny von Borstel (BIGS), Christiana Plotz und Karin Elsing vom Mehrgenerationenhaus (von links) laden zu der neuen Selbsthilfegruppe ein. Erstes Treffen ist kommenden Donnerstag. Foto: Klaus-Peter Schilling

Selbsthilfe nach Schicksalsschlägen

Christiana Plotz gründet neue Gruppe – erstes Treffen

Halle (pès). Christiana Plotz hat ihren ganz persönlichen Crash schon viele Jahre hinter sich. Sie hat sich durchgekämpft, ist wieder auf die Füße gekommen. Jetzt möchte sie anderen beistehen, denen es ähnlich geht, und möchte in Halle eine Selbsthilfegruppe ins Leben rufen.

Ob beruflicher Misserfolg, familiäre Tragödien, ein Unfall – es gibt mehrere Ursachen, im Alltagsleben aus der Bahn geworfen zu werden. Christiana Plotz hat es erlebt, als sie sich gerade mit ihrem IT-Dienstleistungsbüro selbstständig gemacht hat und von der Wirtschaftskrise mitgerissen

wurde. Sie hat seitdem gelernt, anders zu denken, anders zu leben. »Wir üben uns in Bewusstsein und Achtsamkeit uns selbst und unserer Umwelt gegenüber«, nennt die Hallerin eins ihrer Ziele in der Selbsthilfegruppe. »Wir wollen gemeinsam Veränderungsprozesse im Leben begleiten. Es gibt ja viele Wege, das zu bewerkstelligen.«

Um die Gruppe auf die Beine zu stellen, hat Christiana Plotz Unterstützung gefunden bei der Bürgerinformation, Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh, kurz BIGS genannt. Deren Leiterin Jenny von Borstel hat die Vorbereitung und das Konzept gemeinsam mit der Hallerin ausgearbeitet. Zu Beginn werden möglicherweise ausgebildete ehrenamtliche »Ingangsetzer« da-

bei sein. Donnerstag, 9. September, ab 18.30 Uhr ist der erste Treff im Schinkenhaus des Haller Bürgerzentrums geplant. »Das wird keine Gesprächsrunde«, kündigt Jenny von Borstel an. »Es sollen auch mal kompetente Referenten eingeladen werden.« Und da es unter anderem um gesünderes Leben geht, werden regelmäßig auch kleine Leckereien zubereitet. »Das Schinkenhaus als Treffpunkt bietet die besten Voraussetzungen, eine Wohlfühlatmosphäre zu schaffen«, ergänzt Karin Elsing. Die Leiterin des Mehrgenerationenhauses gibt vor Ort logistische Hilfe und hat die Räumlichkeiten organisiert.

Weitere Infos gibt Initiatorin Christiana Plotz unter ☎ 0 52 01/ 84 96 74 oder per E-Mail unter selbsthilfe@chrisothek.de.

Baubiologe spricht beim Selbsthilfetag

■ **Gütersloh.** Strahlung von Mobilfunktensendern oder schnurlosen Telefonen, Gifte in Materialien und Farben oder Schimmelpilze an Oberflächen sind die Alltagsprobleme bei baubiologischen Untersuchungen. Baubiologe Joachim Gertenbach aus Wuppertal referiert am Samstag, 18. September, um 14 Uhr in der Gütersloher Stadthalle zu diesem Thema. Im Rahmen des Selbsthilfetages will der Fachmann auf Risikofaktoren im Wohnumfeld eingehen und wie diese beispielsweise das Schlafverhalten beeinflussen.

Früherkennung kann Leben retten

Brustkrebs-Seminar für russischsprachige Frauen am 16. September

VON RICHARD ZELENSKA

■ **Harsewinkel.** Vor allem bei älteren Migrantinnen ist Brustkrebs oft noch ein Tabuthema. „Wenn die Erkrankung aber früh erkannt wird, dann sind die Heilungschancen sehr gut“, weiß Dr. Helene Potthoff aus Erfahrung. Sie ist Gynäkologin. Seit einem Jahr arbeitet sie mit mehreren Kollegen als niedergelassene Frauenärztin im Gesundheitszentrum an der August-Claas-Straße 45, davor war sie mehrere Jahre in Krankenhäusern der Region tätig.

Dr. Helene Potthoff stammt aus Kasachstan. Russisch ist ihre Muttersprache. Sie weiß, dass auch viele Aussiedlerfrauen nicht gerne über Brustkrebs sprechen. Es gibt also Nachholbedarf, vor allem vor dem Hintergrund der Statistik: Jede zehnte Frau erkrankt im Laufe ihres Lebens an Brustkrebs. Am Häufigsten sind Frauen zwischen 45 und 70 Jahren betroffen.

Grund genug für Dr. Helene Potthoff, sich in den Dienst der landesweiten Kampagne des Ministeriums für Frauen, Jugend, Familie und Gesundheit „Sicher fühlen“ zu stellen. In Kooperation mit der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekon-

Wichtige Ergänzung

■ Die Selbstuntersuchung der Brust gilt als wichtige Ergänzung zur jährlichen Früherkennungsuntersuchung durch die Frauenärztin oder den Frauenarzt, betont Dr. Helene Potthoff. Frauen zwischen 50 und 69 Jahren werde in Nordrhein-Westfalen alle zwei Jahren das Mammographiescreening angeboten. (rz)

taktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS) bietet die Harsewinkeler Gleichstellungsbeauftragte Monika Edler-Rustige ein russischsprachiges Seminar zur Selbstuntersuchung der Brust an. Mit im Boot ist auch das erfolgreiche Sprachförderprogramm „Rucksack in Harsewinkel“, über das Monika Edler-Rustige die Kontakte zu den hier lebenden russischsprachigen Frauen knüpfte.

Dass ein Bedarf an einem derartigen Angebot besteht, darüber gibt es keine Zweifel. Das Früherkennungsseminar in deutsch-türkischer Sprache im vergangenen Jahr auf Dammanns Hof sei voll ausgebucht gewesen, hieß es. Das habe die Initiatoren er-

muntet, ein derartiges Angebot auch für die Frauen aus Russland zu organisieren. Das Seminar ist kostenlos. Es findet am Donnerstag, 16. September, von 10 bis 11.30 Uhr in der Alten Post an der Münsterstraße 8 (Place des Andelys) statt. Die Anzahl der Teilnehmerinnen ist schon aus räumlichen Gründen begrenzt.

Sinnvoll, so Petra Lummer von BIGS, sei die Teilnahme für Frauen unter 20 Jahren. Das Seminar besteht aus einem theoretischen und einem praktischen Teil. In Form eines einleitenden Referats wird Dr. Helene Potthoff zunächst auf den Aufbau der weiblich Brust und die Möglichkeiten zur Vorbeugung von Brustkrebs eingehen. Anschließend haben die Frauen die Möglichkeit, an bereitstehenden Brustmodellen die Techniken der Selbstuntersuchung unter fachärztlicher Anleitung zu erlernen. Das Ziel ist, eventuelle Veränderungen in Form und Größe der Brust zu ertasten, um die heimtückische Krankheit in einem möglichst frühen Stadium zu besiegen.

◆ Anmeldungen nehmen die Gleichstellungsstelle unter Tel. (0 52 47) 9 35-1 69 sowie das Bürgerbüro unter Tel. 9 35-1 82, -1 72, -2 08, -2 07, -1 73, -1 74 und -2 02 entgegen.

Brustkrebs-Seminar „Sicher fühlen“

Neue Westfälische vom 04.09.2010



„Sicher fühlen“: Petra Lummer (BIGS), Gynäkologin Dr. Helene Potthoff, Gleichstellungsbeauftragte Monika Edler-Rustige sowie Irina Laukart-Sluis und Elena Heinz vom Projekt „Rucksack“ laden zum Brustkrebsfrüherkennungsseminar ein.

FOTO: RICHARD ZELENKA

Wenn die Seele krank ist

13. Selbsthilfetag Depressionen erkennen / Vortrag in russischer Sprache

■ **Kreis Gütersloh (NW).** Psychische Erkrankungen sind heutzutage weit verbreitet. Dennoch sind sie oft ein Tabu und mit Diskriminierung und Stigmatisierung in der Familie, im Freundeskreis, in der Schule und am Arbeitsplatz verbunden. Eben nicht totschweigen wollen die beiden Gesundheitsmediatorinnen Irina Scheit und Irina Kopp dieses Thema. Im Rahmen des 13. Selbsthilfetages des Kreises Gütersloh am 18. September halten sie von 15 bis 16.45 Uhr in der Stadthalle Gütersloh einen Vortrag zum Thema „Seelische Erkrankungen“ in russischer Sprache. Zu diesem Termin erläutern sie Krankheiten wie Angststörungen, Zwangserkrankungen, Posttraumatische Belastungsreaktionen, Schizophrenie, Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen, Sucht, Demenz und Depression und stellen im Anschluss mögliche Therapieformen vor.

Die Informationsveranstaltung ist Teil des Projektes „Mit Migranten für Migranten – Interkulturelle Gesundheit in



Laden zum Vortrag ein: Die Organisatoren des 13. Selbsthilfetages für psychisch Erkrankte informieren am 18. September Teilnehmer bei einem Vortrag in russischer Sprache.

FOTO. NW

Nordrhein-Westfalen“ (MiMi-NRW), einer Kooperation zwischen der Kommunalen Gesundheitskonferenz/Abteilung Gesundheit des Kreises Gütersloh und der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (BIGS).

Ziel des Projektes ist die nachhaltige Verbesserung der gesundheitlichen Situation von Menschen mit Zuwanderungsge-

schichte. Durch muttersprachliche Gesundheitsinformationen von interkulturellen Gesundheitsmediatoren soll der Zugang zum deutschen Gesundheitssystem für Migranten erleichtert werden. Die MiMi-Gesundheitsmediatoren werden auch mit einem Informationsstand auf dem 13. Selbsthilfetag vertreten sein. Der Eintritt zum Vortrag ist frei.

Selbsthilfetag

Seelische Erkrankungen im Visier

Kreis Gütersloh (gl). Psychische Erkrankungen sind weit verbreitet, werden aber oft tabuisiert. Die Gesundheitsmediatorinnen Irina Scheit und Irina Kopp werden im Rahmen des 13.

Selbsthilfetags des Kreises in der Gütersloher Stadthalle am Samstag, 18. September, ab 15 Uhr einen Vortrag zum Thema „Seelische Erkrankungen“ in russischer Sprache halten.

Sie erläutern unter anderem Angststörungen, Schizophrenie, Persönlichkeitsstörungen, Sucht, Demenz und Depression und stellen mögliche Therapien vor. Der Eintritt ist frei.

Selbsthilfetag

Depressionen im Blickpunkt

Kreis Gütersloh (gl). Depressionen sind nicht nur eine der häufigsten psychischen Störungen, sondern eine der häufigsten Erkrankungen überhaupt. Aufgrund der Vielgestaltigkeit der depressiven Symptomatik wird diese oft nicht erkannt. In einem Vortrag beim Selbsthilfetag geht Dr. Klaus-Thomas Kronmüller, ärztlicher Direktor der LWL-Klinik Gütersloh, auf Diagnostik und Behandlung von Depressionen ein. Ab 12 Uhr wird der Privatdozent am Samstag, 18. September, in der Stadthalle Gütersloh die Vielgestaltigkeit depressiver Symptome beleuchten. Der Fachmann erläutert, wie das Erkennen von Depression verbessert werden kann. Unterschiedliche Behandlungsverfahren werden mit ihren Vor- und Nachteilen vorgestellt. Interessenten sind willkommen. Der Eintritt ist frei.

13. Tag der Selbsthilfe

Internetausdruck von www.koskon.de
Koordinationsstelle für Selbsthilfe in NRW

KOSKON



Koordination für Selbsthilfe in NRW

[Home](#) » [Aktuelles](#)

Alles	Bund	Land	Regional	Sonstiges
-----------------------	----------------------	----------------------	--------------------------	---------------------------

13. Tag der Selbsthilfe in Gütersloh am Samstag, den 18. September 2010

Dienstag 31. August 2010

Die BIGS - Büreinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle im Kreis Gütersloh - lädt zum 13. Male zum Tag der Selbsthilfe ein.

In der Zeit von 10.00 bis 17.00 Uhr präsentieren sich ca. 50 Selbsthilfegruppen in der Stadthalle Gütersloh, Friedrichstraße 10, 33330 Gütersloh.

Verschiedene Fachvorträge zu gesundheitlichen und psychosozialen Themen sowie ein buntes Rahmenprogramm bieten Information und Unterhaltung.

Alle an Selbsthilfe Interessierte sind herzlich dazu eingeladen!



13. Tag der Selbsthilfe

Internetausdruck von www.engagiert-in-nrw.de

Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur & Sport des Landes NRW

Gütersloh: 13. Selbsthilfetag des Kreises Gütersloh

Uhrzeit: 10 - 17 Uhr

Straße: Friedrichstr. 10

PLZ/Ort: 33330 Gütersloh

Kurzbeschreibung: Allen Selbsthilfegruppen des Kreises Gütersloh und allen anderen, die mit dem Thema verbunden sind der Selbsthilfetag die Möglichkeit, sich darzustellen.

Organisation: BIGS - Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh

Ansprechpartner: Jenny von Borstel

Telefon: 05241/823586

E-Mail: biggs@gt-net.de

Homepage: www.biggs-guetersloh.de

„Echte Bürgerinitiativen“

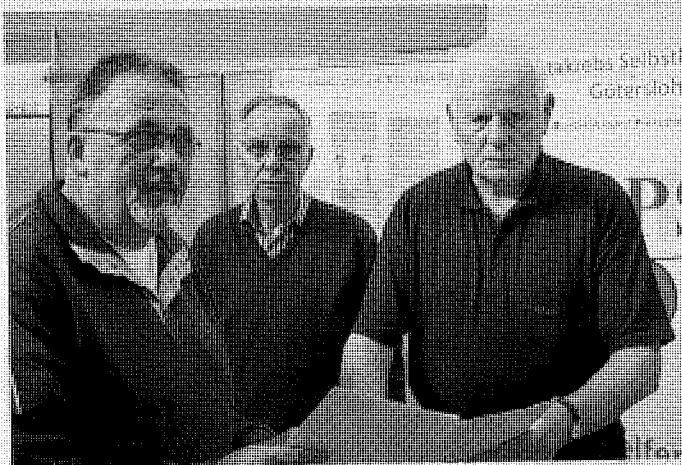
Lob vom Landrat beim 13. Tag der Selbsthilfe in der Stadthalle / 227 Gruppen

VON ROLF BIRKHOLZ

■ **Kreis Gütersloh.** Die Gruppe wachse stetig, sagt Hermann Kaldewey. „Es kommen viele, die eigentlich gar nicht Bescheid wissen.“ Nicht Bescheid wissen über die Problematik einer Prostatakreberkrankung und deren vielfältige Behandlungsmöglichkeiten. In der von Kaldewey geleiteten Prostata-Selbsthilfegruppe können Erkrankte sich bei ebenfalls Betroffenen informieren. Der 13. „Tag der Selbsthilfe“ in der Stadthalle Gütersloh bot Gelegenheit, mit dieser oder einer von rund 50 weiteren Gruppen Kontakt aufzunehmen.

Fragen zum Prostatakarzinom, der häufigsten Krebserkrankung bei Männern, waren ein Schwerpunktthema der Veranstaltung unter der Schirmherrschaft von Landrat Sven-Georg Adenauer. In einem der Fachvorträge widmete sich Dr. Rüdiger Klän, Chefarzt der Klinik für Urologie des Klinikums Gütersloh, dem Pro und Kontra der Prostatakrebsfrüherkennung.

Der Landrat sagte zur Eröffnung, die (inklusive Sportgruppen) inzwischen 277 Selbsthilfegruppen im Landkreis seien „in ihrem Wert als echte Bürgerinitiativen für praktische Lebenshilfe gar nicht hoch genug einzuschätzen.“ Bei der Gründung un-



Selbst ist der Mann: Hermann Kaldewey, Paul Frischmeier und Bernd Nietfeld (v. l.) engagieren sich in der Prostata-Selbsthilfegruppe.

terstützt und beraten werden diese Vereinigungen von der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (BIGS) des Kreises. Die Politik, so Adenauer, habe „erkannt,

dass das eine ganz wichtige Aufgabe“ sei. Entsprechend befände sich das frühere Modellprojekt seit März in Trägerschaft des Kreises.

Erstmals vertreten war das Ge-

sundheitsprojekt „Mit Migranten für Migranten“ (MiMi). Hier helfen eigens geschulte Zugewanderte ihren Landsleuten, sich im Gesundheitssystem zurechtzufinden. Dazu gab es einen Vortrag über „Seelische Erkrankungen“ auf Russisch. Christel Kunz, von der Kreis-Gesundheitsabteilung bemerkte, es gebe in den Gruppen bisher noch (zu) wenige Mitglieder ausländischer Herkunft. Zudem fehlt es laut Manfred Bohnenkamp, der einst den „Tag der Selbsthilfe“ anregte, in vielen Initiativen an jüngeren Mitgliedern, die das Erfahrungswissen weiter tragen.

Zu den neuen Gruppen gehören der Gesprächskreis Chronische Schmerzen in Halle, die Gruppe für Eltern homosexueller Kinder, die Frauensuchselbsthilfegruppe die Anonymen Co-Abhängigen Gütersloh, der Elternkreis Progressive Muskeldystrophie und die Gruppe für die Opfer von Gewalt und die Hospizgruppe Rietberg/Neuenkirchen.

Besonders oft würden Hilfen bei psychischen Erkrankungen nachgefragt, sagte Christel Kunz. Dies sei im Übrigen in verschiedenen Gruppen „auch immer ein Begleitthema“, erläuterte Anette Harnischfeger, Sprecherin der Selbsthilfegruppen und Moderatorin der Veranstaltung.

Zertifikate überreicht

■ Manche der Selbsthilfegruppen wünschen sich in der Gründungsphase eine erfahrene Begleitung. Zu diesem Zweck wurden voriges Jahr acht sogenannte In-Gang-Setzer ausgebildet. Diese geben die Erfahrungen aus ihren eigenen Gruppen weiter, nicht zu inhaltlichen Fragen, sondern zur

Gruppenselbstfindung- und -leitung. Landrat Sven-Georg Adenauer überreichte auf dem Tag der Selbsthilfe die Zertifikate an die In-Gang-Setzer. Dies sind Gudula Bialek, Monika Bodmann, Michael Fricke, Johann Jahn, Siegfried Keil, Petra Neumann, Günter Philipps, Michael Stramm. (rb)

13. Tag der Selbsthilfe

Neue Westfälische vom 20.09.2010



In Gang setzen: Landrat Sven-Georg Adenauer (3. v. l.) überreichte die Zertifikate an die geschulten In-Gang-Setzer, die Gruppen in der Anfangsphase unterstützen: Günter Philipps, Gudula Bialek, Michael Stramm, Siegfried Keil, Johann Jahn (v. l.).

FOTOS: ROLF BIRKHOLZ

„In-Gang-Setzer“

Unterstützen neue Gruppen

Kreis Gütersloh (bit). 277 Selbsthilfegruppen gibt es im Kreis Gütersloh. Rund 50 haben sich Samstag am 13. Selbsthilfetag im Kleinen Saal der Stadthalle Gütersloh beteiligt. Seit dem Jahr 2001 und der Gründung der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (Bigs) mit Jenny von Borstel und Petra Lummer hat sich die Gesamtzahl der Gruppen mehr als verdoppelt.

Landrat Sven-Georg Adenauer dankte der Politik, dass sie die wertvolle Arbeit der Bigs bei der Unterstützung ehrenamtlich Tätiger anerkenne. Die Bigs habe den Status des Modellcharakters längst verlassen und stehe seit März in der Trägerschaft des Kreises. Der Landrat überreichte die ersten Zertifikate eines neuen Bigs-Projekts, eines von 22 in der Bundesrepublik. Es geht um sogenannte „In-Gang-Setzer“. Christel Kunz von der Kommunalen Gesundheitskonferenz im Kreishaus schilderte, wie „In-Gang-Setzer“ in der Gründungsphase begleiten und zum Start neuer Gruppen ermutigen. Seit 2009 seien die Personen in Gruppendynamik entsprechend geschult. „Sie sollen sich aber nicht in die thematische Arbeit der Gruppen einmischen“, erläutert Anette Harnischfeger (Schlaganfallhilfe). Zertifiziert sind: Gudula Bialek, Monika Bodmann, Michael Friebe, Johann Jahn, Siegfried

Keil, Petra Neumann, Günter Philipps und Michael Stramm.

Einen Schwerpunkt der mit Fachreferaten und kulturellen Darbietungen aufgelockerten Veranstaltung bildete die Früherkennung von Prostatakrebs. Hermann Kaldewey leitet die entsprechende Selbsthilfegruppe. Der Chefarzt der Klinik für Urologie am Klinikum Gütersloh, Dr. Rüdiger Klän, nahm sich des Themas an. Dabei wurde auch diskutiert, warum gerade beim Prostatakarzinom viele Fragen nicht mit letzter Sicherheit beantwortet werden können.

Erstmals hatte auch „Mimi“ (Mit Migranten für Migranten) einen Stand aufgebaut. Irina Scheit und Irina Koop versuchten, in russischer Sprache die Hintergründe seelischer Erkrankungen aufzuhellen. Moderatorin Harnischfeger: „Depressionen sind in allen Selbsthilfegruppen ein Begleitthema.“

Landrat Adenauer würdigte die Arbeit aller Akteure und den „Motor“ der Selbsthilfetage, Manfred Bohnenkamp (Angst und Panik, Steinhagen): „Hier werden gute und professionelle Tipps gegeben. Das spart auch Geld im Gesundheitswesen.“ Bohnenkamp kündigte an, der Selbsthilfetag 2011 werde im Gerry-Weber-Sportpark in Halle stattfinden. Sein Anliegen: „Wir müssen jüngere Menschen in die Selbsthilfe holen. Man darf nicht müde werden.“

13. Tag der Selbsthilfe

Die Glocke vom 20.09.2010



Schwerpunktthema des 13. Selbsthilfetags in der Stadthalle Gütersloh war die Prostatakrebs-Früherkennung. Am Stand der Selbsthilfegruppe: (v. l.) Paul Frischemeier, Bernd Nietfeld und Hermann Kaldewey.



**Zertifiziert als „In-Gang-Setzer“ von Selbsthilfegruppen: (v. l.) Gün-
ter Philipps, Gudula Bialek, Landrat Sven-Georg Adenauer, Michael
Stramm, Siegfried Keil und Johann Jahn. Bilder: Bitter**

Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe

Neue Westfälische vom 24.09.2010

Hilfe für Opfer von Gewalt

Neue Selbsthilfegruppe trifft sich am 6. Oktober

■ **Gütersloh (NW).** Die Selbsthilfegruppe „Opfer von Gewalt“ wendet sich an betroffene Frauen und Männer, die an den Folgen von Gewalt oder Bedrohung (zum Beispiel Überfall oder häusliche Gewalt) leiden. Gegenseitiger Beistand könne eine große Unterstützung sein, negative Erfahrungen von Gewalt zu überwinden. Betroffene sind zu einem ersten Treffen am Mittwoch, 6. Oktober, um 19 Uhr in der Cafeteria des Katharina-Luther-Hauses (Feuerbornstraße 36) willkommen. Rückfragen sind unter Tel. (01 63) 7 02 08 44 möglich. Weitere Treffen sind an jedem ersten Montag eines Monats geplant. Die Gruppe wird durch eine psychologische Beraterin begleitet.

Prostata-Informationen auf russisch

„Männer sind Vorsorge-Muffel“

Kreis Gütersloh (gl). Prostatakrebs gehört zu den häufigsten Krebserkrankungen bei Männern. Jährlich gibt es in Deutschland nach Angaben der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh (Bigs) 40 000 neue Fälle. Mehr als 90 Prozent der Patienten sind zum Zeitpunkt der Diagnose älter als 60 Jahre.

Da es praktisch keine Frühsymptome gibt, kommt der Früherkennungsuntersuchung laut Bigs eine besondere Bedeutung zu. Trotzdem würden diese von den Männern viel zu wenig in Anspruch genommen, berichtet Bigs-Mitarbeiterin Petra Lummer. Wer die Vorsorgeuntersu-

chung ignoriere, verzichte auf die Chance, die Krebserkrankung frühzeitig zu erkennen und somit den Prostatakrebs wirkungsvoll zu bekämpfen. Lummer: „Je früher der Prostatakrebs entdeckt wird, desto besser sind die Heilungschancen.“

Aus diesem Grund hat jetzt eine Informationsveranstaltung in Kooperation mit dem Fachdienst für Migration und Integration der Arbeiterwohlfahrt in Gütersloh stattgefunden – auf Russisch. Dr. Oleg Steinhauer informierte eine Gruppe von russischsprachigen Männern über Ursachen, Symptome, Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten bei Prostataerkrankungen. Insbeson-

dere klärte der niedergelassene Urologe aus Steinhagen die Männer in deren Muttersprache über die Vorsorgemöglichkeiten auf.

Im Rahmen des gesetzlichen Früherkennungsprogramms ist bei Männern ab dem 45. Lebensjahr einmal pro Jahr eine Untersuchung vorgesehen. Ergänzend kann es in manchen Fällen sinnvoll sein, einen PSA-Test durchführen zu lassen. Die Abkürzung steht für „prostataspezifisches Antigen“. Bei gesunden Männern ohne Verdacht auf Prostatakrebs ist der Test kein Bestandteil der gesetzlichen Krebsfrüherkennung und daher als individuelle Gesundheitsleistung selbst zu bezahlen.



Prostata-Erkrankungen im Blick: Petra Lummer von der Bigs und der Urologe Dr. Oleg Steinhauer, aus Steinhagen informierten russischsprachige Männer.

Erkrankung frühzeitig erkennen

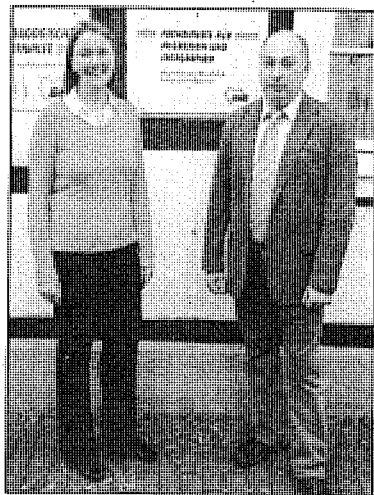
Prostatakrebs

Gütersloh (WB). Prostatakrebs gehört zu den häufigsten Krebserkrankungen bei Männern. Jährlich erkranken 40 000 Männer. Mehr als 90 Prozent der Patienten sind zum Zeitpunkt der Diagnose bereits älter als 60 Jahre.

Es gibt praktisch keine Frühsymptome, somit kommt der Früherkennungsuntersuchung eine besondere Bedeutung zu. Trotzdem werden Früherkennungsuntersuchungen insbesondere von Männern viel zu wenig in Anspruch genommen, sagt Petra Lummer, Mitarbeiterin der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle (BIGS) in Gütersloh. Wer die Vorsorgeuntersuchung ignoriert, verzichtet auf die Chance, die Erkrankung frühzeitig zu er-

kennen und somit den Prostatakrebs wirkungsvoll zu bekämpfen. Je früher der Prostatakrebs entdeckt wird, desto besser sind die Heilungschancen.

Aus diesem Grunde fand jetzt eine Info-Veranstaltung in Kooperation mit dem AWO-Fachdienst für Migration und Integration statt – auf Russisch. Dr. Oleg Steinhauer informierte eine Gruppe von russischsprachigen Männern über Ursachen, Symptome, Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten bei Prostataerkrankungen. Insbesondere klärte der Urologe aus Steinhagen die Männer in deren Muttersprache über die Vorsorgemöglichkeiten auf. Im Rahmen des gesetzlichen Früherkennungsprogramms ist bei Männern ab dem 45. Lebensjahr einmal pro Jahr eine Untersuchung vorgesehen.



Petra Lummer und Dr. Oleg Steinhauer haben die Veranstaltung organisiert.

Männer sind Vorsorge-Muffel

Prostataerkrankungen möglichst früh erkennen

■ **Kreis Gütersloh.** Prostatakrebs gehört zu den häufigsten Krebserkrankungen bei Männern. Jährlich erkranken 40.000 Männer an Prostatakrebs. Mehr als 90 Prozent der Patienten sind zum Zeitpunkt der Diagnose älter als 60 Jahre.

Es gibt praktisch keine Frühsymptome, somit kommt der Früherkennungsuntersuchung eine besondere Bedeutung zu. Trotzdem werden Früherkennungsuntersuchungen insbesondere von Männern viel zu wenig in Anspruch genommen, so Petra Lummer, Mitarbeiterin der Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh (BIGS). Wer

die Vorsorgeuntersuchung ignoriert, verzichtet auf die Chance, die Krebserkrankung frühzeitig zu erkennen und somit den Prostatakrebs wirkungsvoll zu bekämpfen. Je früher der Prostatakrebs entdeckt wird, desto besser sind die Heilungschancen.

Aus diesem Grunde fand jetzt eine Info-Veranstaltung in Kooperation mit dem AWO Fachdienst für Migration und Integration in Gütersloh statt – auf Russisch. Dr. Oleg Steinhauer informierte eine Gruppe von russischsprachigen Männern über Ursachen, Symptome, Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten bei „Prostataerkrankungen“. Insbesondere klärte der



Organisierten die Info-Veranstaltung für russischsprachige Männer: Petra Lummer (BIGS des Kreises) und Dr. Oleg Steinhauer, Urologe aus Steinhagen.

niedergelassene Urologe aus Steinhagen die Männer in deren Muttersprache über die Vorsorgemöglichkeiten auf.

Im Rahmen des gesetzlichen Früherkennungsprogramms ist bei Männern ab dem 45. Lebensjahr einmal pro Jahr eine Untersuchung vorgesehen.

Ergänzend kann es in manchen Fällen sinnvoll sein, einen PSA-Test durchführen zu lassen. Die Abkürzung PSA steht für „prostataspezifisches Antigen“. Bei gesunden Männern ohne Verdacht auf Prostatakrebs ist der PSA-Test kein Bestandteil der gesetzlichen Krebsfrüherkennung und daher selbst zu bezahlen.

Spätfolgen von Diabetes vermeiden

Offener Vortrag bei der BIGS in Gütersloh

Kreis Gütersloh (WB). Über das Thema »Diabetes Mellitus Typ 2« referiert die Diabetologin und Ernährungsmedizinerin Dr. Michaela Müller-Rösel am Mittwoch, 17. November, um 19.30 Uhr in Gütersloh.

Oft resultiert aus einem unerkannten oder schlecht eingestellten Diabetes Mellitus Typ 2 eine Reihe von Spätfolgen wie z.B. Herzinfarkt, Schlaganfall, Augenschäden und Nierenversagen. Krankhafte Blutzuckeränderungen sind häufig begleitet von Bluthochdruck, krankhafter Veränderung der Blutfette, Übergewicht und Adipositas. Die Summe dieser Veränderungen werden zusammen gefasst als metabolisches Syndrom bezeichnet.

Leider sind nicht nur ältere Menschen von diesen Erkrankungen betroffen, sondern in zunehmendem Maß auch Kinder, die infolge von Fehlernährung und Bewegungsmangel mit dem Krankheitsbild Diabetes Mellitus Typ 2 konfrontiert werden.

Fragen zu diesem Themenkomplex können die Besucher am Mittwoch an Dr. Müller-Rösel richten, die hilfreiche Tipps für Betroffene gibt. Interessierte Bürger sind zu dem Vortrag in den Räumlichkeiten der Vereinigten IKK, Wiedenbrückerstr. 41, Eingang vom Südring, herzlich eingeladen.

Veranstaltet wird der Vortrag von der BIGS. Weitere Informationen unter ☎ 0 52 41/82 35 86.

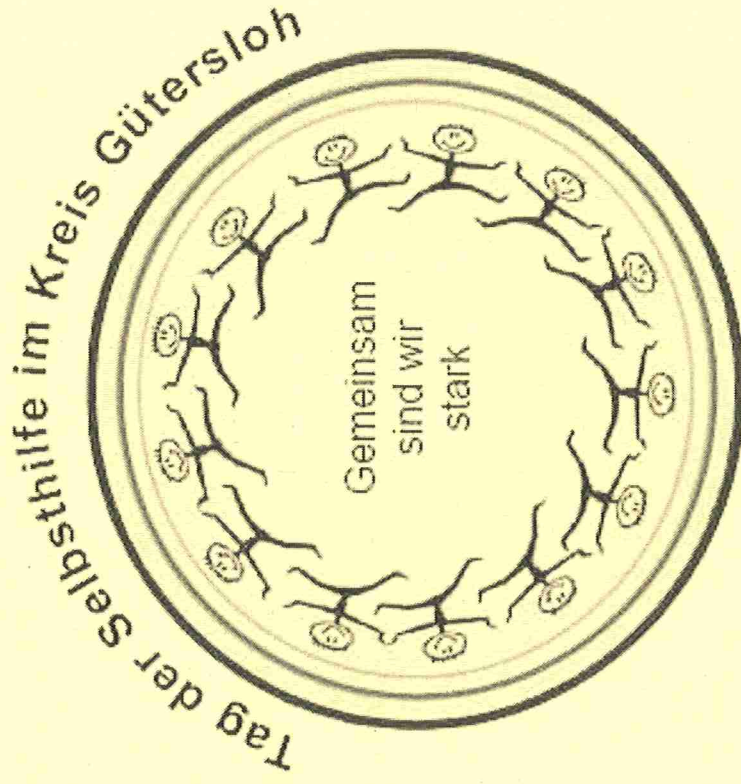
Anlage 2

Programm Selbsthilfetag 2010

Teilnehmende Selbsthilfegruppen (SHG) und Organisationen

Abstinenzgruppe Gütersloh	Gesprächsgruppe Herzerkrankungen, Rheda-Wiedenbrück
Abteilung Gesundheit des Kreises Gütersloh Kommunale Gesundheitskonferenz Sozialpsychiatrischer Dienst (Psychiatrie und Sucht)	Hand an Hand – Elterinitiative krebskranker Kinder
ADHS Deutschland e.V., Gruppe Gütersloh	Hospizarbeit im Kreis Gütersloh
Angeborene Bindegeweberkrankungen e.V.	In-Gang-Setzer/innen Kreis Gütersloh
Angst, Panik und Depressionen, Gütersloh	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Regionalverband Ostwestfalen
Angst und Panik, Steinhagen	Klinikum Gütersloh
Aphasie Gütersloh	Prostatakarzinomzentrum Krebsgesprächskreis für Betroffene und Angehörige, Steinhagen
Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen im Suchtbereich Kreis Gütersloh e.V.	Kreuzbund e.V., Verl
Arbeitskreis der Pankreatikumierten e.V., Regionalgruppe OWL	Leben mit erkranktem Herz, Steinhagen
Arthrose-Selbsthilfe	Lebensfreude nach Krebs, Schloß Holte-Stukenbrock
Kreis Warendorf und Gütersloh	Lebenshilfe Kreisvereinigung Gütersloh e.V.
Atemtherapie und Lungensportgruppe e.V., Rheda-Wiedenbrück	MiMi - Mit Migranten für Migranten Gesundheitsprojekt des Kreises Gütersloh
Autismus-OWL e.V.	Opfer von Gewalt
AWO Kreisverband Gütersloh - Wohnraumberatung	OWL-Blickkontakte e.V.
BDH – Kreisverband Gütersloh	Polizeilicher Opferschutz/Opferhilfe
Beratungsstelle pro familia Gütersloh	Prostatakrebs, Gütersloh
Beratungsstelle Sucht und Essstörungen, Caritasverband Kreis Gütersloh e.V.	Psychosozialer Krisendienst
BIGS – Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises GT	Schlaganfall Selbsthilfegruppen im Kreis Gütersloh
Chronischer Schmerz / Fibromyalgie	Selbsthilfegruppe für Amputierte-OWL e.V.
Deutsche Dystonie Gesellschaft e.V., Selbsthilfegruppe OWL	Sonnenblume e.V. – Initiative familienorientierte Kinderkrankenpflege
Deutsche Ehlers Danlos Initiative, Ortsgruppe Schloß Holte-Stukenbrock	Sozialdienst kath. Frauen e.V. Allgemeine Sozialberatung
Deutsche ILCO, Gütersloh und Bielefeld	Sport in der Krebsnachsorge, Gütersloh
Deutsche Leberhilfe e.V., Hepatitis Selbsthilfe	Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe
Deutsche Myasthenie Gesellschaft e.V., Regionalgruppe OWL	Ullrich-Turner-Syndrom-Vereinigung OWL
Deutsche Sarkoidose-Vereinigung, Gesprächskreis BI, GT, HF u. östl. Westfalen	Väteraufbruch für Kinder e.V., Regionalgruppe OWL
Diabetiker im Kreis Gütersloh e.V.	

13. Tag der Selbsthilfe Samstag, 18. September 2010

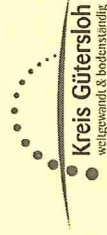


10:00 bis 17:00 Uhr
Stadthalle Gütersloh
Friedrichstr. 10, 33330 Gütersloh

Veranstalter:



**Selbsthilfegruppen
im Kreis Gütersloh**



Nähere Infos erhalten Sie in der BIGS - Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Gütersloh, Tel.: 0 52 41- 82 35 86.

Programm

10:15 Uhr

Eröffnung und Begrüßung: Landrat Sven-Georg Adenauer

Musikalisches Rahmenprogramm zur Eröffnung

„Schule für Musik und Kunst Gütersloh“

Pianistin Larissa Heidebrecht

11:45 Uhr 13:45 Uhr 15:45 Uhr

Lachen ist gesund - Clownin Louisa gespielt von Elaisa Schulz

Ganztägige Angebote

- Präsentation von ca. 50 Gruppen / Einrichtungen aus dem Kreis Gütersloh und der Stadt Bielefeld

Gesundheitscheck:

- Schlaganfall-TestKoffer der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe: Testen der Risikofaktoren, die zu einem Schlaganfall, Herzinfarkt oder Gefäßverschluss der Beine führen können
- Buntes Rahmenprogramm für Kinder: Hüpfburg, Schminken
- Für das leibliche Wohl sorgt das Restaurant Sinfonie
- Tombolaverlosung

Der 13. Tag der Selbsthilfegruppen steht unter der Schirmherrschaft des Landrates Sven-Georg Adenauer.

Fachvorträge

Die Vorträge finden im 1. Stock im Konferenzsaal statt.

11.00 Uhr	Dr. Rüdiger Klän, Chefarzt der Klinik für Urologie des Klinikums Gütersloh Prostatatakrebsfrüherkennung – Pro und Kontra
12.00 Uhr	PD Dr. med. Dipl.-Psych. Klaus-Thomas Kronmüller, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Ärztlicher Direktor der LWL-Klinik, Gütersloh Depressionen – erkennen und behandeln
13.00 Uhr	Andreas Fichtner, Heilpraktiker, Zentrum für Alternativmedizin, Werther Migräne – das Gewitter im Kopf
14.00 Uhr	Joachim Gertenbach, Baubiologe, Wuppertal/ Gütersloh Unsere Wohnung – eine Oase oder eine Quelle von Schadstoffen?
15.00 Uhr	Irina Scheit und Irina Kopp, MiMi – Gesundheitsmediatorinnen* "Душевные болезни". Лекция-беседа на русском языке. Seelische Erkrankungen in russischer Sprache

Wir danken den örtlichen Krankenkassen für ihre Unterstützung des 13. Tages der Selbsthilfegruppen sowie dem Haller Kreisblatt für den Druck des Plakates.

Für die Tombolaverlosung danken wir den Gütersloher und Bielefelder Betrieben und weiteren Spendern für die Preise.

*MiMi = Mit Migranten für Migranten - Gesundheitsprojekt NRW mit dem Ziel mehrsprachige und kultursensible Gesundheitsförderung und Prävention für Migrantinnen und Migranten anzubieten.

Anlage 3

Gesamtliste der Selbsthilfegruppenthemen

Angefragte Selbsthilfegruppen-Themen im Jahr 2010

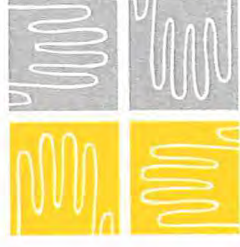
Thema	Häufigkeiten
Depression/bipolare Störungen	42
Angst/Panik/Phobie	31
Sucht Alkohol	19
Trauer/Tod	15
Magen-, Darmerkrankungen	14
Psychische Erkrankungen	14
Fibromyalgie	13
Krebserkrankungen	13
Sucht Essstörungen	12
AD(H)S	11
Krebs Brust	11
Schlaganfall/Apoplexie	11
Herzerkrankungen	10
Gewalt/Missbrauch - Opfer	9
Rheumatische Erkrankungen	9
Behinderung	8
Diabetes	8
Mobbing	8
Schmerzen chronisch	8
Arthrose	7
Ernährung	7
Krebs Blut- / Lymphsystem	7
Multiple Sklerose	7
Pflegende Angehörige	7
Alleinerziehend	6
Demenz, Alzheimer	6
Krebs Verdauungsorgane	6
Parkinson	6
Sonstiges	6
Krebs Prostata	5
Sucht	5
Atemwegserkrankungen	4
Burn Out/Stress	4
Familie, Eltern, Kind	4
Hörbehinderungen	4
Messie-Syndrom	4
Osteoporose	4
Singel/Alleinstehend	4
Sucht Drogen	4
Trennung/Scheidung	4
Behindertensport/Rehasport	3
Psychiatrieerfahrene	3
Restless Legs	3
Sexuelle Orientierung/ -identität	3
Sucht Co-Abhängigkeit	3
Sucht Glücksspiel	3
Sucht Kauf, Konsum	3
Suizid	3

Zöliakie	3
Adipositas	2
Borreliose	2
Gefäßerkrankungen	2
Krebs Mund, Kiefer, Kehle, Speiseröhre	2
Muskelerkrankungen	2
Schlafstörungen	2
Zwangserkrankungen	2
Hochbegabung	2
Aids/HIV	1
Ehrenamt/Nachbarschaftshilfe/Tauschring	1
Einsamkeit/Freizeit	1
Ernährungs- und Stoffwechselerkrankungen	1
Frauen	1
Gynäkologische Erkrankungen	1
Harnwegserkrankungen	1
Hepatitis	1
Hirnschädigungen	1
Körperbehinderungen	1
Krebs Haut	1
Lebererkrankungen	1
Migration	1
Mukoviszidose	1
Nahrungsmittelunverträglichkeit	1
Neurologische Erkrankungen	1
Polio	1
Psychosen	1
Sarkoidose	1
Schilddrüsenerkrankungen	1
Sehbehinderungen	1
Sucht Beziehungssucht	1
Sucht Nikotin/Rauchen	1
Wirbelsäulenerkrankungen	1
unerfüllter Kinderwunsch	1
Co-Abhängigkeit	1
Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern	1
Adoption/Pflege	0
Allergien	0
Alternativmedizin	0
Amputation/Prothesen	0
Arbeitslosigkeit/Hartz IV/Sozialhilfe	0
Asthma	0
Augenerkrankungen	0
Autismus	0
Bechterew, Morbus	0

Anlage 4

Flyer: MiMi – Gesundheitslotsen im Kreis Gütersloh

- **Frau Katharina Berg, Krankenschwester/ Pflegewirtin,**
Russisch, Plattdeutsch
- **Frau Kamile Bilen, Industriekauffrau,** Türkisch, Englisch
- **Frau Anila Börger, Diplom Chemieingenieurin,** Albanisch
- **Frau Fitnete Budakova, Bürokauffrau,** Albanisch
- **Herr Osman Destanovic, Berufskraftfahrer,** Bosnisch,
Serbisch, Kroatisch
- **Herr Plamen Dzhuralov, Lehrer für Philosophie und
Psychologie,** Bulgarisch, Mazedonisch, Russisch
- **Frau Edibe Gök, Altenpflegerin,** Aramäisch, Türkisch
- **Frau Lina Kassab-Hamuda, Kaufmännische Assistentin für
Bürowirtschaft,** Arabisch, Englisch
- **Frau Seval Kocak, Erzieherin,** Türkisch
- **Frau Irina Kopp, Handelskauffrau,** Russisch
- **Frau Saniye Özergin, Erzieherin/Referentin für Eltern-
seminare,** Türkisch
- **Frau Adelina Pegani, Krankenschwester,** Albanisch, Serbisch
- **Frau Zeliye Ramadani, Lehrerin,** Albanisch, Serbisch
- **Frau Zülfüye Salikara, Industriekauffrau,** Türkisch
- **Frau Irina Scheit, Journalistin,** Russisch
- **Frau Sinaida Schilow, Musikleiterin im Kindergarten,**
Russisch, Altschwäbisch, Ukrainisch
- **Frau Behiye Shemunkasho, Hausfrau,** Kurdisch, Türkisch,
Aramäisch
- **Frau Nuray Ün, Diplom Pädagogin,** Türkisch
- **Frau Anna Voit, Altenpflegerin, Pflegewirtin,** Russisch,
Plattdeutsch
- **Frau Feride Yamac, Zahnmedizinische Verwaltungs-
angestellte,** Aramäisch
- **Frau Cavidan Yildiz, Ausbildung zur Kauffrau für Tourismus
und Freizeit,** Türkisch, Französisch
- **Frau Nilofar Ziarnal, Diplom Erziehungswissenschaftlerin,
Persisch (Dari/Farsi)**



MiMi

Das Gesundheitsprojekt
Mit Migranten für Migranten
Interkulturelle Gesundheit
in Nordrhein-Westfalen

Bürgerinformation Gesundheit und Selbsthilfe- kontaktstelle im Kreis Gütersloh (BIGS)

Jenny von Borstel, Petra Lummer
Blessenstätte 1
33330 Gütersloh
Tel.: (05241) 82 35 86
big@gt-net.de

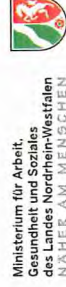


Projekträger: Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.

Königsstraße 6
30175 Hannover
Tel.: (0511) 168 410 20
E-Mail: ethno@onlinehome.de
www.ethno-medizinisches-zentrum.de



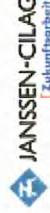
Projektförderer: Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen



BKK Bundesverband GbR BKK Landesverband Nordrhein-Westfalen



Janssen-Cilag GmbH



Kreis Gütersloh



Das Projekt „Mit Migrantinnen für Migranten – Interkulturelle Gesundheit in Nordrhein-Westfalen“ (MiMi-NRW) wird im Auftrag des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales (MAGS) des Landes Nordrhein-Westfalen, der BKK Bundesverband GbR, des BKK Landesverbandes Nordrhein-Westfalen und der Janssen-Cilag GmbH vom Ethno-Medizinischen Zentrum e. V. (EMZ) in Nordrhein-Westfalen durchgeführt.

Ziel des Projektes ist es, mehrsprachige und kultursensible Gesundheitsförderung und Prävention für Migrantinnen und Migranten anzubieten.

Dazu werden engagierte Migrantinnen und Migranten als interkulturelle Gesundheitsmediator/-innen gewonnen und geschult. Diese informieren ihre Landsleute in der jeweiligen Muttersprache über das deutsche Gesundheitssystem sowie über weitere Themen der Gesundheitsförderung und Prävention.

Mit Unterstützung der Gesundheitsmediator/-innen und der Akteure des Gesundheitswesens wird die Eigenverantwortung von Migrantinnen und Migranten für ihre Gesundheit gestärkt und damit eine „gesunde Integration“ von Migrantinnen und Migranten in Nordrhein-Westfalen unterstützt.

Die ausgebildeten Gesundheitsmediator/-innen können von Institutionen, Gruppen oder einzelnen Personen für muttersprachliche Informationsveranstaltungen über die Ansprechpartner vor Ort angefragt werden.

Die Gesundheitsmediator/-innen im Kreis Gütersloh wurden in den folgenden Themen qualifiziert:

- Das deutsche Gesundheitssystem
- Schwangerschaft und Familienplanung
- Kindergesundheit und Unfallprävention
- Ernährung und Bewegung
- Gefahren des Alkoholkonsums
- Gesunde Zähne und Mundgesundheit
- Seelische Gesundheit

Sprachen

Das MiMi-Gesundheitsprojekt richtet sich vorrangig an Migrant/-innen mit folgenden Muttersprachen:

- Albanisch
- Arabisch
- Aramäisch
- Bosnisch
- Bulgarisch
- Kroatisch
- Kurdisch
- Mazedonisch
- Persisch (Dari/Farsi)
- Plattdeutsch
- Russisch
- Serbisch
- Türkisch
- Ukrainisch

Für den Einsatz von Mediator/-innen gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten. Im Folgenden finden Sie zwei Beispiele.

Beispiel Kindergarten

Sie betreuen in Ihrem Kindergarten viele Kinder mit Migrationshintergrund. Bei der Verständigung mit den Eltern kommt es häufiger zu Problemen.

Sie vermuten, dass diese Eltern nicht ausreichend über Themen wie Ernährung, Bewegung, Seelische Gesundheit, Vorsorgeuntersuchungen etc. informiert sind.

Sie haben die Möglichkeit, mit Hilfe von Gesundheitsmediator/-innen regelmäßige Informationsveranstaltungen in den Muttersprachen der Eltern durchzuführen. Dadurch können Sie die Eltern erreichen und so nachhaltig die Gesundheit der Kinder verbessern.

Beispiel Sozialraum

Sie führen als bildungsrelevante/soziale Institution offene Angebote (z. B. Sprachkurse) in einem Stadtteil mit hohem Migrantenanteil durch und treffen in Ihrer täglichen Arbeit mit den Menschen auf Informationsdefizite bei Fragen der Gesundheitsversorgung.

Sie können Gesundheitsmediator/-innen zu einmaligen (bei Bedarf mehrsprachig durchgeführten) Informationsveranstaltungen einladen und diese in die von Ihnen installierten regelmäßigen Angebote integrieren. Auf diese Weise leisten Sie einen wichtigen Beitrag in der Vermittlung grundlegender Handlungssicherheit in gesundheitlichen Fragen.

Anlage 5

Neu gestalteter BIGS-Flyer

Informationsveranstaltungen

19:30 Uhr – 21:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Vereinigte IKK Gütersloh
Wiedenbrücker Str. 41, Eingang vom Südring

16.02.2011 Wenn Medikamente Probleme bereiten – Wechselwirkungen zwischen Medikamenten und Nahrungsmitteln
Dr. Olaf Eisner, Storch-Apotheke Gütersloh

23.02.2011 Depressionen, Ängste und Zwänge erkennen und behandeln
Priv. Doz. Dr. med. Dipl.-Psych. Klaus-Thomas Kronmüller, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Ärztlicher Direktor der LWL-Klinik Gütersloh

15.03.2011 Volkskrankheit Bluthochdruck:

Erkennen – Vorbeugen – Behandeln
Dr. Jens Klempin, Ltd. Arzt Nieren- und Hochdruck-erkrankungen, St. Elisabeth Hospital Gütersloh

18.05.2011 Chronische Darmerkrankungen erkennen und behandeln
Priv. Doz. Dr. Oliver Al-Tale, Chefarzt
Medizinische Klinik, St. Elisabeth Hospital Gütersloh

Veranstaltungsort:

AOK NordWest – Die Gesundheitskasse Gütersloh
Barkeystraße 19, Seiteneingang

15.09.2011 Von harmlosen Darmpolypen zum Dickdarmkrebs
Prof. Dr. med. Manfred Varney, Chefarzt der Klinik für Allgemeine Chirurgie, Viszeral- und Unfallchirurgie, Klinikum Gütersloh

13.10.2011 Osteoporose – der lautlose Dieb

Dr. med. Eugen Klein, Chefarzt, Klinikum GT, Abteilung für Allgemein- und Unfallchirurgie am Standort Rheda

17.11.2011 Depressionen im Alter

Dr. med. Bernd Melles, Chefarzt der Gerontopsychiatrie, LWL-Klinik Gütersloh

Information und Beratung zu den Themen

- Gesundheit
- Selbsthilfe
- Pflege

Öffnungszeiten

Di, Mi, Do, Fr 10.00 -13.30 Uhr
Di, Do 14.30 -18.00 Uhr
an den Aktionssamstagen
10.00 -13.00 Uhr

Ansprechpartnerin

für Selbsthilfe
Jenny von Borstel

Ansprechpartnerin

für Gesundheit/Pflege
Petra Lummer

Foyer der Stadtbibliothek, Blessenstätte 1
33330 Gütersloh

Fon: 05241 – 82 3586

Fax: 05241 – 82 3587

bigs@gt-net.de

www.kreis-guetersloh.de

(Rubrik Gesundheit/BIGS)

Parkplätze:

Kurzzeit-Parkmöglichkeiten vorm Haus

Parkplätze: Weberei, Dalkestraße,

Daltropstraße, Unter den Ulmen

Behindertenparkplätze: direkt neben der

Bibliothek, Zufahrt „Unter den Ulmen“

Öffentliche Verkehrsmittel: Haltestellen

Alter Kirchplatz oder Alte Heuwaage



Die BIGS versteht sich als unabhängige, fachkompetente Anlaufstelle zu Fragen der Gesundheit, Selbsthilfe und Pflege für alle Bürgerinnen und Bürger im Kreis Gütersloh.

Die Einrichtung bündelt Beratungs-, Informations- und Veranstaltungsangebote und versteht sich als Ergänzung zu den vorhandenen Leistungen im Gesundheitswesen.

Träger der BIGS ist der Kreis Gütersloh. Sie wird von folgenden Kooperationspartnern unterstützt:

- Stadtbibliothek Gütersloh
- Bürgerstiftung Gütersloh
- AOK NordWest – Die Gesundheitskasse
- Betriebskrankenkassen
- Vereinigte IKK
- Landwirtschaftliche Krankenkasse NRW
- Verband der Ersatzkassen e.V. NRW
- Arbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtsverbände im Kreis Gütersloh
- Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

Herausgeber: Kreis Gütersloh
Der Landrat
Abteilung Gesundheit



Programm 2011



Bürgerinformation Gesundheit
und Selbsthilfekontaktstelle
des Kreises Gütersloh (BIGS)

bürgernah
zentral
fachkompetent
unabhängig

- Sie haben Fragen zu Gesundheit und Krankheit

Bei uns haben Sie die Möglichkeit, sich in einem vielfältigen Angebot an Büchern, Broschüren, Videofilmen und im Internet zu informieren.

- Wir helfen bei der Auswahl der Medien,
- unterstützen Sie im Umgang mit dem Internet,
- stellen für Sie auf Wunsch geeignete Informationen zusammen.

Bei Bedarf beraten wir Sie fachkundig in einem persönlichen Gespräch.

- Wir helfen Ihnen, sich im Gesundheitssystem zurechtzufinden,
- weisen Sie auf mögliche Hilfsangebote regional und überregional hin,
- unterstützen Sie in Fragen zu erkrankten Angehörigen,
- helfen Ihnen bei der Suche nach fachspezifischen Schulungsangeboten z.B. bei Asthma oder Diabetes.

Informationsveranstaltungen zu den Themen
Gesundheit • Krankheit • Pflege • Selbsthilfe

- Sie haben Interesse an einer Selbsthilfegruppe

Wir stehen Ihnen bei allen Fragen der Selbsthilfe zur Verfügung.

- Wir vermitteln in bestehende Selbsthilfegruppen,
- helfen Ihnen bei Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe,
- unterstützen Sie bei der Planung und Durchführung von Projekten der Selbsthilfegruppen,
- helfen Ihnen bei organisatorischen Fragen und Öffentlichkeitsarbeit,
- beraten Selbsthilfegruppen in Krisen- und Konfliktsituationen,
- fördern den Selbsthilfegedanken in der Öffentlichkeit z.B. durch Selbsthilfetage, Organisation von Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen,
- stellen die Selbsthilfegruppen im regionalen Online-Wegweiser zu den Themen Gesundheit, Selbsthilfe und Behinderung dar,
- bieten mit den Selbsthilfegruppen Aktionssamstage an.



Fachkräfte



Petra Lummer

Jenny von Borstel

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Petra Lummer,
Gesundheitswissenschaftlerin (MPH),
Dipl. Pflegewissenschaftlerin (FH),
Krankenschwester

Jenny von Borstel,
Dipl. Sozialarbeiterin,
Trauerbegleiterin,
Psychotherapeutin (HPG)

14. Selbsthilfetag
im Kreis Gütersloh
26.06.2011 in Halle (Westf.)

Aktionssamstage
10:00 – 13:00 Uhr in der BIGS

05.02.2011	Dt. Dystonie Gesellschaft e.V. OWL Selbsthilfe Unruhige Beine e.V. OWL Ehlers-Danlos-Selbsthilfe e.V. OWL
05.03.2011	Arthrose-Selbsthilfe Kreis Gütersloh / Warendorf Blinden- und Sehbehindertenverein e.V. Gütersloh
02.04.2011	Chronischer Schmerz / Fibromyalgie Gütersloh
07.05.2011	OWL Blickkontakte Lebensfreude nach Krebs Gütersloh Lebenszuversicht – Leben nach Krebs Steinhagen
01.10.2011	Arthrose-Selbsthilfe Kreis Gütersloh / Warendorf Blaues Kreuz Deutschland e.V., Ortsverein Gütersloh, Hilfe für Suchtkranke
03.12.2011	Dt. Leberhilfe-Hepatitis-Selbsthilfe Gütersloh Zöliakiegruppe für Kinder Harzewinkel Zöli-Kids Halle (Westf.)

Seminare (kostenfrei)
Sicher fühlen – Selbstuntersuchung der Brust
(finden in verschiedenen Orten im Kreis Gütersloh statt).

Aktuelle Termine werden in der Presse und auf der Internetseite
www.kreis-guetersloh.de
(Klinik Gesundheit/BIGS) bekanntgegeben.
In den Schulferien ist die BIGS geschlossen.