

Selbsthilfe:  
Gemeinschaft  
macht  
stark!

## Aktuelle Themen

Informationsreihe heimgeSUCHT:  
An Weihnachten und Silvester  
knallten bei uns nicht nur die  
Böllern

Krankenkassenförderung für  
Selbsthilfegruppen 2017

Gruppengründung:  
Elterngesprächskreis  
drogenabhängiger Kinder und  
Jugendlicher

Gesprächskreis Verlassene Eltern  
und Großeltern

Qualifizierungen und  
Fortbildungen für  
Selbsthilfegruppen –  
Frühjahrsprogramm 2017

Termine Klinikum

Webportal „Lebensritter“  
informiert über Organspende

Größte Reform der  
Pflegeversicherung

SelbsthilfeNews – Mach mit!

## Kontaktdaten

**Hallo,**

es ist mal wieder soweit. Auch im neuen Jahr möchten wir Sie mit den SelbsthilfeNews Hochsauerlandkreis wieder über Neuigkeiten und interessante Themen aus dem Selbsthilfe- und Gesundheitsbereich informieren.

Ihnen gefällt unser Newsletter?

Dann empfehlen Sie uns an Freunde, Bekannte oder Kollegen weiter. Wenn nicht, dann sagen Sie es uns bitte, denn nur so können wir stets unser Angebot verbessern und auf Ihre Wünsche eingehen.

Viel Spaß beim Lesen wünscht

**Ihr Team der Arnsberger Kontakt- und Informationsstelle für  
Selbsthilfegruppen im Hochsauerlandkreis**

## Informationsreihe heimgeSUCHT: An Weihnachten und Silvester knallten bei uns nicht nur die Böllern



Weihnachten, das Fest der Liebe und Besinnlichkeit, und Silvester, das Ende eines Jahres und der Blick in die Zukunft – für viele Menschen sind diese Feiertage etwas ganz besonderes. Aber nicht überall herrscht Harmonie, die Nerven liegen oft blank

und es kommt zu Reibereien, Missstimmungen und Verletzungen. Nicht selten gipfeln die Feiertage in einem Familienstreit. Besonders betroffen sind Familien mit Suchterkrankten. Wie im Fall von Tina, die viele Jahre mit einem alkoholkranken Mann verheiratet war. Wie sie und ihre Familie die Feiertage erlebten, können Sie in der Geschichte „An Weihnachten und Silvester knallten bei uns nicht nur die Böllern“ lesen.



Ihre Ansprechpartnerinnen:  
Marion Brasch, Sandra Schulte-  
Stieffermann und Stefanie Bönsch

Stadt Arnsberg  
AKIS im HSK  
Clemens-August-Str. 116  
59821 Arnsberg

Tel.: 02931 - 9638-105  
02931 - 5483342

Mail:  
[selbsthilfe@arnsberg.de](mailto:selbsthilfe@arnsberg.de)  
Internet:  
[www.arnsberg.de/selbsthilfe](http://www.arnsberg.de/selbsthilfe)

Öffnungszeiten:

Mo., Di.: 09:00 Uhr – 12:00 Uhr  
Di.: 14:00 Uhr – 16:00 Uhr  
Do.: 14:00 Uhr – 18:00 Uhr

und nach telefonischer  
Absprache

Fragen zur Selbsthilfe?  
Sprechen Sie uns an!

[Zur Website](#)

## Webportal „Lebensritter“ informiert über Organspende



Das neue Projekt  
„LEBENSRIITTER“ des  
[Netzwerks Organspende  
NRW](#) hat es sich zur Aufgabe  
gemacht, Menschen das Thema  
Organspende näher zu bringen.  
Dabei soll für die Geschichten  
dahinter sensibilisiert und auf die

## Krankenkassenförderung für Selbsthilfegruppen 2017

Seit dem Jahr 2008 gibt es  
nach § 20h SGB V eine  
parallele Struktur in der  
Selbsthilfeförderung, die  
kassenartenübergreifende  
Förderung  
(Pauschalförderung) und die  
kassenartenindividuelle  
Förderung  
(Projektförderung).



Alle **gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen** können einen  
Antrag auf Pauschalförderung stellen, welcher jeweils bis zum **31.  
März** des laufenden Jahres eingereicht werden muss.

**Neu in 2017** ist das „Vereinfachte Verfahren“ im Rahmen der  
Projektförderung. Hierbei brauchen Selbsthilfegruppen auch für ihre  
Projekte künftig nur noch einen Antrag stellen – ebenfalls wie bei der  
Pauschalförderung an die jeweils federführende Kasse (und nicht  
mehr bei den einzelnen Krankenkassen).

Auch die Projektanträge sollten bis zum **31. März** des laufenden  
Jahres gestellt werden, um in der gemeinsamen Vergabesitzung des  
Fördergremiums der Krankenkassen Berücksichtigung zu finden.  
Projektanträge sind zwar das ganze Jahr über möglich, bei  
Anträgen, die nach der einmal im Jahr stattfindenden  
Vergabesitzung gestellt werden, kann jedoch keine Garantie dafür  
übernommen werden, dass noch genügend Budget für eine  
Förderung zur Verfügung steht.

Die Anträge für 2017 sind zu richten an:

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek)  
Bärbel Brünger  
Kampstr. 42  
44137 Dortmund

Aktuelle Informationen zum Förderverfahren 2017 gibt es [hier](#).

[Weitere Informationen und Download der Antragsformulare](#)

## Gruppengründung: Elterngesprächskreis drogenabhängiger Kinder und Jugendlicher



Der Griff zur Droge beginnt  
immer früher und zieht sich  
durch alle Schichten. Wenn  
dies zur Sucht wird, beginnt  
für viele Familien ein  
Teufelskreis, aus dem sie  
sich häufig allein nicht mehr  
befreien können.

Die AKIS im HSK bietet jetzt  
die Möglichkeit einen Elterngesprächskreis ins Leben zu rufen, um  
Angehörigen eine Stütze im Alltag zu geben.

[Weitere Informationen](#)

## Gesprächskreis Verlassene Eltern und Großeltern

Vielfalt des Engagements aufmerksam gemacht werden. Unterstützt wird das Projekt im Rahmen der Selbsthilfeförderung durch die Ersatzkassen in NRW ([Pressemitteilung](#)).

[Weitere Informationen zum Projekt](#)

## Größte Reform der Pflegeversicherung



Es ist die bislang größte Reform seit Einführung der Pflegeversicherung im Jahr 1995: Mit dem Zweiten Pflegestärkungsgesetz (PSG II) findet ein grundlegender Systemwechsel in der Pflegeversicherung statt.

In der aktuellen Ausgabe des „ersatzkasse report“ informiert der Verband der Ersatzkassen (vdek) über die wichtigsten Änderungen.

[Weitere Informationen](#)

## SelbsthilfeNews – Mach mit!



Über viele interessante und wichtige Themen haben wir in den vergangenen Newslettern bereits berichtet. Doch sicherlich gibt es noch viel mehr, worüber Sie etwas erfahren möchten oder denken, dass es ein passendes Thema für die SelbsthilfeNews ist. Oder möchten Sie Ihre Selbsthilfegruppe bzw. Ihren Gesprächskreis einmal vorstellen und/oder auf Veranstaltungen und besondere Aktivitäten der Gruppe hinweisen?

**Melden Sie sich bei uns und**

Seit 3 Jahren trifft sich der Gesprächskreis verlassene Eltern/Großeltern. Sie alle leiden unter der ungewollten Trennung von ihren Kindern und Enkelkindern. Ihr gemeinsamer Austausch hilft den Betroffenen mit ihrer Situation anders umzugehen. Schmerzliche Stunden erleben sie dennoch. Aber geht nicht auch den Enkeln durch den Kontaktabbruch so einiges verloren? Auch aus dieser Warte betrachtet der Gesprächskreis die angespannte Familiensituation.



[Weitere Informationen](#)

## Qualifizierungen und Fortbildungen für Selbsthilfegruppen – Frühjahrsprogramm 2017



Fortbildungen und Qualifizierungen sind ein wichtiger Bestandteil in der Selbsthilfegruppenarbeit.

In Kooperation mit der [Volkshochschule Arnsberg-Sundern](#) und der [Selbsthilfeakademie NRW](#) bietet die AKIS im HSK regelmäßig Kurse speziell für Selbsthilfegruppen an.

Folgende Informationsveranstaltungen sowie Fortbildungen für Selbsthilfgruppenleitungen und Teilnehmer werden im Fortbildungs- und Qualifizierungsprogramm im Frühjahr 2017 angeboten:

- **Fortbildung „Vom Ich zum Wir... Gemeinschaftsentwicklung und Gruppenbewusstsein in (Selbsthilfe-)Gruppen fördern“**, 04.03.2017, entgeltfrei (Achtung: Dieser Kurs findet in Kooperation mit der Selbsthilfeakademie NRW statt und ist bereits ausgebucht, Teilnahme ist ggf. über die Warteliste möglich)
- **Fortbildung „Zeitmanagement“**, 18.03.2017, entgeltfrei
- **Fortbildung „Generationenwechsel von Aktiven in der Selbsthilfe – Nachfolge gesucht“**, 06.05.2017, entgeltfrei
- **Gebärdensprache DGS 1 und 2**, gebührenpflichtig (Termine und Details zu diesen beiden Kursen entnehmen Sie bitte dem [Programm der VHS](#))

Nutzen Sie die Chance und melden sich an!  
Wir freuen uns auf Sie!

[Weitere Details im Fortbildungsprogramm \(PDF\)](#)

## Termine Klinikum

## gestalten den Newsletter aktiv mit!

Ob als Tipgeber oder sogar tatkräftig mit einem eigenen Artikel, (fast) alles ist möglich.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen.

Telefon: 0 29 31 - 96 38 -105  
0 29 31 - 54 83 342

E-Mail: [selbsthilfe@arnsberg.de](mailto:selbsthilfe@arnsberg.de)

AKIS im HSK

## Download des Newsletters



Hier können Sie sich den Newsletter als PDF herunterladen.

[Download PDF](#)

## Newsletter-Archiv



Hier können Sie sich alle Newsletter nochmal anschauen und ab Oktober 2016 auch im Rahmen einer Volltextsuche, einzelne Themen, Gruppen, Neugründungen oder Veranstaltungen recherchieren.

[Zum Newsletter-Archiv](#)

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Zeit für Gesundheit“ lädt die Klinikum Arnsberg GmbH alle Interessierten zu kostenfreien Vorträgen und Veranstaltungen ein.



**Klinikum Arnsberg**

Akademisches Lehrkrankenhaus  
Westfälische Wilhelms-Universität Münster

Informationsveranstaltung  
**„Blinddarmentzündung – muss immer operiert werden?“**  
Dienstag, 07.03.2017 ab 18:00 Uhr  
Karolinen-Hospital  
Stolte Ley 5  
59759 Arnsberg

Informationsveranstaltung  
**„Darmkrebs – Ausreden können tödlich sein“**  
Dienstag, 21.03.2017 ab 18:00 Uhr  
Sunderland-Hotel  
Rathausplatz 2  
59846 Sundern

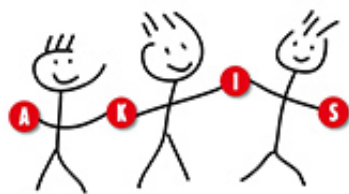
Informationsveranstaltung  
**„Rheuma – Eine Erkrankung mit vielen Gesichtern“**  
Dienstag, 04.04.2017 ab 18:00 Uhr  
Karolinen-Hospital  
Stolte Ley 5  
59759 Arnsberg

Weitere Informationen und Termine finden Sie es unter:

[www.klinikum-arnsberg.de/termine](http://www.klinikum-arnsberg.de/termine)

Dieser Newsletter ist eine exklusive Leistung im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach §20h SGB V und wird gefördert von: BARMER, TK, DAK-Gesundheit, KKH und HEK - Koordination: vdek NRW.

**Stadt Arnsberg**  
**AKIS im HSK - Arnsberger Kontakt- und**



Arnsberger Kontakt- und Informationsstelle für  
Selbsthilfegruppen im Hochsauerlandkreis



**Informationsstelle für Selbsthilfegruppen  
im Hochsauerlandkreis**

Clemens-August-Str. 116  
59821 Arnsberg

Tel.: 0 29 31 / 96 38 105  
Fax: 0 29 31 / 96 38 106

Mail: [selbsthilfe@arnsberg.de](mailto:selbsthilfe@arnsberg.de)  
Internet: [www.arnsberg.de/selbsthilfe](http://www.arnsberg.de/selbsthilfe)