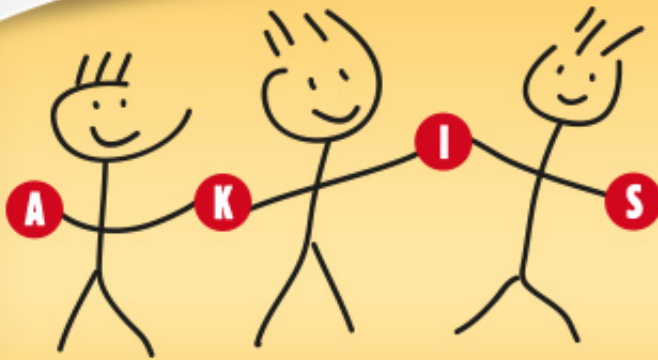


Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).



# Selbsthilfe News

Hochsauerlandkreis



Selbsthilfe:  
Gemeinschaft  
macht  
stark!

## Aktuelle Themen

Schaki e.V. – Gruppe für Schlaganfall-Kinder auch im HSK

ILCO-Selbsthilfegruppe Arnberg droht Auflösung

Neue Selbsthilfegruppe für Cannabis- und Amphetamin-Abhängige in Olsberg

Projekt „Suse – sicher und selbstbestimmt“ – Frauen und Mädchen mit Behinderung stärken

Selbsthilfegruppen stellen sich vor: Borderline Sauerland

„Sternenweg“ jetzt auch in Meschede

Anspruch auf häusliche Krankenpflege erweitert

Klinikum Arnberg

Beratungsangebote im Bürgerzentrum Bahnhof Arnberg

Beratung „Behinderung“

Hallo {VORNAME} {NACHNAME},

wir freuen uns sehr, Ihnen heute unseren zweiten Newsletter vorstellen zu können. Im April 2015 haben wir mit der ersten Ausgabe der SelbsthilfeNews Hochsauerlandkreis bereits viele Menschen erreichen können. Auch in dieser Ausgabe berichten wir über Neuigkeiten der Selbsthilfe und Themen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen.

Wir hoffen, dass Ihnen unser neues Angebot gefällt und Sie uns weiter empfehlen.

**Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihr Team der Arnberger Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Hochsauerlandkreis.**

## Schaki e.V. – Gruppe für Schlaganfall-Kinder auch im HSK



Dass jedes Jahr über 270.000 Menschen in Deutschland einen Schlaganfall erleiden ist allgemein bekannt. Dass dies jedoch auch Kinder (ca. 300 bis 400 pro Jahr – zum Teil auch schon im Mutterleib) betreffen kann, wissen nur wenige. Für die Kinder und ihre Eltern bedeutet das gravierende Eingriffe in das alltägliche Leben und viele Familien fühlen sich in dieser Situation verzweifelt und allein gelassen, denn Informationen darüber, wie das Kind den Schlaganfall auf lange Sicht verkraftet, gibt es kaum. Der Austausch mit anderen betroffenen Familien hilft daher ungemein.

Die 2005 gegründete und seit Mai 2015 als Verein eingetragene

Beratung „Schwerhörigkeit“

Beratung „Sehbehinderungen“

Beratung des „Förderkreis  
Psychische Gesundheit e.V.“

## Kontaktdaten



Ihre Ansprechpartnerinnen:  
Marion Brasch und Stefanie  
Bönsch

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

Tel.: 02931 9638-105  
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](#)

## Beratungsangebote im Bürgerzentrum Bahnhof Arnsberg



Im Bürgerzentrum Bahnhof  
Arnsberg finden regelmäßig  
sowohl ehrenamtliche als auch  
professionelle  
Beratungsangebote zu  
verschiedenen Themen statt:

Selbsthilfegruppe mit Schwerpunkt NRW ist mittlerweile die größte  
Gruppe für Schlaganfall-Kinder in ganz Deutschland und unter  
anderem auch im Hochsauerlandkreis aktiv.

Ziele von SCHAKI sind es:

- den Austausch zum Thema „Kindlicher Schlaganfall“ zu fördern
- den Schlaganfall-Kindern schöne Erlebnisse zu ermöglichen
- Unterstützer und Kooperationspartner zu finden, die den betroffenen Eltern und Kindern das Leben mit den Folgen des Schlaganfalls erleichtern
- das Thema „Schlaganfall bei Kindern“ in der Öffentlichkeit präsenter zu machen

Weitere Informationen zur Gruppe und ihren Aktivitäten erfahren Sie  
hier.

## ILCO-Selbsthilfegruppe Arnsberg droht Auflösung

Man sieht es ihnen nicht an, aber  
rund 100.000 Menschen in  
Deutschland leben mit einem Stoma  
– das heißt einem künstlichen  
Darmausgang oder künstlicher  
Harnableitung und mehr als 70.000  
erkranken jährlich an Darmkrebs.



Und genau diesen Betroffenen und ihren Angehörigen bietet die  
Arnsberger Selbsthilfegruppe, die dem Deutsche ILCO  
Landesverband NRW e.V. angeschlossen ist, **jeden ersten  
Mittwoch im Monat im Bürgerzentrum Bahnhof Arnsberg** einen  
Raum zum Erfahrungsaustausch.

Gerade Neubetroffene stehen oft vor Fragen wie „Wo finde ich  
Fachleute, die sich mit Stoma und Darmkrebs auskennen? Was  
kommt auf mich zu im Alltagsleben und was muss ich beachten?  
Welche Hilfsmittel benötige ich und kann ich meinen Beruf noch  
weiter ausüben?“

Die Selbsthilfegruppe kann hierbei unterstützen und nützliche Tipps  
geben. Umso erstaunlicher ist es, dass in den vergangenen Jahren  
immer weniger Menschen den Weg in die Gruppe finden, so dass  
dieser nun nach 31 Jahren die Auflösung droht.

Um dies zu verhindern und die einzige Selbsthilfegruppe des  
Hochsauerlandkreises zu diesem Thema zu erhalten, sucht die  
Gruppe weitere Betroffene und Interessierte zum regelmäßigen  
Austausch.

Weitere Informationen zum Thema und Kontakt zur Gruppe finden  
Sie hier.

## Neue Selbsthilfegruppe für Cannabis- und Amphetamin-Abhängige in Olsberg

Die neue Selbsthilfegruppe  
des Kreuzbundes zum  
Thema „Cannabis- und  
Amphetamin-Sucht“, die in  
Kooperation mit der  
Suchtberatungsstelle der  
Caritas Brilon in Olsberg  
gegründet wurde, bietet  
sowohl Abhängigen als auch

- Behinderung (allgemein)
- Schwerhörigkeit / Hörbehinderungen
- Sehbehinderungen
- Psychische Erkrankungen

Eine Übersicht der Angebote finden Sie hier im Newsletter.

Die einzelnen Termine sind auf der Homepage der AKIS im HSK zu finden.

## Beratung „Behinderung“



### Lotsen für Menschen mit Behinderung

Schwerpunkt „Behinderung allgemein“

Ansprechpartner: Meinolf Franke

#### Termine:

Jeden 1. und 3. Montag im Monat  
10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

#### Wo:

Bürgerzentrum Bahnhof  
Arnsberg  
Beratungsraum 1.14  
Clemens-August-Str. 116  
59821 Arnsberg

## Beratung „Schwerhörigkeit“



### Lotsen für Menschen mit Behinderung

Schwerpunkt „Schwerhörigkeit / Hörbehinderungen“

Ansprechpartnerin: Cornelia Schloetmann



bis 21:00 Uhr im Kolpinghaus Olsberg, Stadionstr. 9, 59939 Olsberg statt.

Angehörigen einen geschützten Raum, um Erfahrungen auszutauschen.

Die Treffen finden immer **dienstags von 19:30 Uhr**

Stadionstr. 9, 59939

Nähere Informationen zum Thema und zur Gruppe erfahren Sie hier.

## Projekt „Suse – sicher und selbstbestimmt“ – Frauen und Mädchen mit Behinderung stärken

Seit 2014 ist der HSK eine von bundesweit fünf Modellregionen für das Projekt „Suse“. Ziel dieses Projektes ist es, dass von Gewalt betroffene Frauen und Mädchen mit Behinderung leichter und schneller Unterstützung erhalten. Die



Frauenberatungsstelle Meschede, die dieses Projekt im HSK koordiniert, arbeitet dabei eng mit dem Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe (bff) in Berlin zusammen.

Hintergrund des Projektes ist eine Studie aus dem Jahr 2012. Sie hatte erschreckenderweise ergeben, dass Frauen mit Behinderungen in weitaus höherem Maß von allen Formen von Gewalt betroffen sind als nicht behinderte Frauen.

Um regionale Vernetzungen aufzubauen und zu stärken, fand am 6. Mai auf Einladung der Frauenberatungsstelle der Fachtag „Behinderung und Gewaltschutz“ mit über 100 Teilnehmerinnen und Teilnehmern im Mescheder Kreishaus statt. Es waren viele Träger der Behindertenhilfe aus dem ganzen HSK vertreten, ebenso kamen auch Fachleute aus den verschiedensten Bereichen von Politik und Verwaltung.

Und auch die Menschen mit Behinderungen selbst nahmen teil: „Es ist wichtig, mit uns zu sprechen und nicht nur über uns“, so eine Teilnehmerin aus dem Josefsheim Bigge als Expertin in eigener Sache. Nach zwei Fachvorträgen war dann ein intensiver Austausch an verschiedenen Thementischen möglich.

Die Stimmung war engagiert und vom Optimismus gekennzeichnet, das Netz zum Gewaltschutz für behinderte Menschen im HSK in Zukunft noch enger zu knüpfen.

Mehr Informationen über das Suse-Projekt erfahren Sie hier

## Selbsthilfegruppen stellen sich vor: Borderline Sauerland



**Termine:**

Jeden 4. Montag im Monat 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

**Wo:**

Bürgerzentrum Bahnhof  
Arnsberg  
Beratungsraum 1.14  
Clemens-August-Str. 116  
59821 Arnsberg

## Beratung „Sehbehinderungen“

**Wir sehen weiter**

Schwerpunkt "Sehbehinderungen / Blindheit"

Ansprechpartner: Herbert Kleine-Wolter

**Termine:**

jeden Montag in geraden Kalenderwochen 16:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Ansprechpartner: Reiner Maubach

**Termine:**

Jeden Donnerstag in ungeraden Kalenderwochen 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

**Wo:**

Bürgerzentrum Bahnhof  
Arnsberg  
Beratungsraum 1.14  
Clemens-August-Str. 116  
59821 Arnsberg

## Beratung des „Förderkreis Psychische Gesundheit e.V.“



Borderline- Persönlichkeitsstörung (BPS) ist die Bezeichnung für eine Persönlichkeitsstörung, die durch Impulsivität und Instabilität in zwischenmenschlichen Beziehungen, Stimmung, und Selbstbild gekennzeichnet ist. 2011 hat sich unter der Organisation von Rolf Klauke die Selbsthilfegruppe „Borderline Persönlichkeitsstörung Sauerland“ in Warstein gegründet, und trifft sich seit 2012 wegen der zentralen Lage und der guten Verkehrsanbindung im Bürgerzentrum in Arnsberg.

Ziele der Gruppe sind regelmäßige Treffen, die den Betroffenen die Möglichkeit geben sollen, andere Betroffene kennen zu lernen, sich auszutauschen, Informationen zu erhalten und gemeinsam die Freizeit zu gestalten.

Um sich zu informieren und „auf dem Laufenden“ zu halten lädt die Gruppe gelegentlich Fachleute wie Ärzte und Therapeuten zu Vorträgen und Fragestunden ein. Neue Teilnehmer sind immer willkommen, um vorherige Kontaktaufnahme mit dem Ansprechpartner der Gruppe wird jedoch gebeten.

Hinweis: Die Gruppe kann keine Therapie ersetzen!

Weitere Information zur Gruppe finden Sie [hier](#).

## „Sternenweg“ jetzt auch in Meschede

Familien mit Kindern, die an einer lebensverkürzenden Erkrankung leiden, fällt es häufig schwer am gesellschaftlichen Leben halbwegs „normal“ teilzunehmen. Auch scheuen sie oft die Inanspruchnahme eines ambulanten



Hospizdienstes. Genau hier möchte der Kinder- und Jugendhospizdienst „Sternenweg“ des Caritasverbandes in Kooperation mit dem Familienunterstützenden Dienst nun auch in Meschede ansetzen und ein individuelles Angebot schaffen.

Gefördert wird das Projekt auch durch die Aktion Mensch. Zur Unterstützung des Projektes sind ehrenamtliche Helfer jederzeit willkommen.

Nähere Informationen zum Projekt und zur Fortbildung für ehrenamtliche Unterstützer erfahren Sie [hier](#)

## Anspruch auf häusliche Krankenpflege erweitert



Patientinnen und Patienten, die aus dem Krankenhaus entlassen werden, können in Zukunft für einen längeren Zeitraum als bisher häusliche Krankenpflege (HKP) erhalten. Statt für bisher drei Werktagen können Krankenhausärzte eine HKP



Schwerpunkt "Psychische Erkrankungen"

**Ansprechpartnerinnen:**

Eleonore Hecker  
Sonja Uphoff

**Termine:**

jeden Dienstag 14:30 Uhr bis  
16:30 Uhr

**Wo:**

Bürgerzentrum Bahnhof  
Arnsberg  
Beratungsraum 1.14  
Clemens-August-Str. 116  
59821 Arnsberg

[Zur Website](#)

nun für fünf Arbeitstage (Mo – Fr) verordnen. Der Gemeinsame Bundesausschuss hat diese Änderung ab Oktober 2014 beschlossen. Hintergrund waren Probleme mit der nahtlosen Anschlussversorgung, wenn Patientinnen und Patienten nahe zum Wochenende oder zu Feiertagen aus dem Krankenhaus entlassen wurden.

Häusliche Krankenpflege können Patientinnen und Patienten erhalten, wenn dadurch eine Krankenhausbehandlung ersetzt bzw. vermieden oder verkürzt werden kann.

## Klinikum Arnsberg

Für Interessierte und Betroffene bietet das Klinikum Arnsberg regelmäßig

Informationsabende zu aktuellen Gesundheitsthemen an. Infos zu Themen und Terminen finden Sie [hier](#).



**Klinikum Arnsberg**

Akademisches Lehrkrankenhaus  
Westfälische Wilhelms-Universität Münster

Wenn in den Medien heute über Krankenhäuser berichtet wird, stehen Medizin und teure Technik oft im Vordergrund. Was die moderne Pflege heute leistet und wie sie zur Genesung beiträgt, erfahren Sie in der aktuellen Ausgabe des Magazins „Zeit für Gesundheit“ [hier](#).

## Download des Newsletters

Hier können Sie sich den Newsletter als PDF herunterladen.

[Download PDF](#)

Dieser Newsletter wurde an {EMAIL[STD:]} gesendet. Dieser Newsletter ist eine exklusive Leistung vom Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) Landesvertretung NRW und wird Ihnen ausschließlich mit Ihrem Einverständnis zugesandt. Wollen Sie diesen Newsletter in Zukunft nicht mehr erhalten, klicken Sie bitte [hier](#).



Arnsberger Kontakt- und Informationsstelle für  
Selbsthilfegruppen im Hochsauerlandkreis



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