

# JAHRES – **BERICHT** 2024

## Inhalt

Einleitung  
Zahlen und Statistik  
Jahresrückblick  
Ausblick 2025

  
Herausgegeben vom:

Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt

[www.netzwerkselfhilfeundehrenamt.de](http://www.netzwerkselfhilfeundehrenamt.de)



## Einleitung

Jede\*r zehnte Erwachsene nimmt laut der NAKOS, Nationale Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe, im Laufe seines Lebens an einer Selbsthilfegruppe teil: Gemeinschaftliche Selbsthilfe ist ein bewährter Weg, um Krankheiten und Probleme zu bewältigen. Selbsthilfe gilt in Deutschland als vierte Säule im Gesundheitswesen.

Rund 3,5 Millionen Menschen engagieren sich hierzulande in der Selbsthilfe. Schätzungen zufolge sind 70.000 bis 100.000 Selbsthilfegruppen in Deutschland aktiv. Die Gruppen umfassen dabei gesundheitsbezogene, psychosoziale sowie soziale Themen.

In der gemeinschaftlichen Selbsthilfe schließen sich Menschen mit demselben Problem oder mit einem gemeinsamen Anliegen oder in einer gleichen Lebenssituation zusammen. Die Selbsthilfe-Engagierten sind entweder selbst oder mittelbar, zum Beispiel als Angehörige oder Freunde betroffen.

Strukturelles Fundament der Selbsthilfe sind die Selbsthilfe-Kontaktstellen. Ihnen kommt eine wichtige Wegweiser-Funktion zu. Im Kreis Steinfurt ist das Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt die zentrale Informations- und Beratungsstelle. Zahlreiche Bürgerinnen und Bürger, sowie professionelle Einrichtungen und Gruppen nutzen das Netzwerk zwecks Beratung, Unterstützung, Vermittlung und Vernetzung.

Die Mitarbeitenden informieren und beraten über Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen sowie Selbsthilfeförderung durch die Krankenkassen. Sie vermitteln in bestehende Gruppen, unterstützen bei Gruppengründungen, verweisen parallel oder alternativ an entsprechende professionelle Hilfsangebote, organisieren Fortbildungen und schaffen Plattformen.

Das Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt bietet einen leicht zugänglichen Weg zur Selbsthilfe. Eine Kontaktaufnahme ist auch anonym per Mail, Telefon oder persönlich zu festen Sprechzeiten und nach Vereinbarung möglich.

Kernaufgabe des Teams ist neben Vermittlung und Gründung auch Öffentlichkeitsarbeit in allen Facetten. Zur Sichtbarmachung und Beförderung der Selbsthilfestrukturen in Deutschland nehmen auch Kooperation mit Facheinrichtungen im Gesundheits- und Sozialbereich, Gremienarbeit und bundes- sowie landesweite Arbeitskreise Raum ein.

## Rahmenbedingungen

Das Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt besteht seit 1997. Träger ist der Paritätische Landesverband NRW – Kreisgruppe Steinfurt. Kooperationspartner ist der Kreis Steinfurt mit seinem Gesundheitsamt.

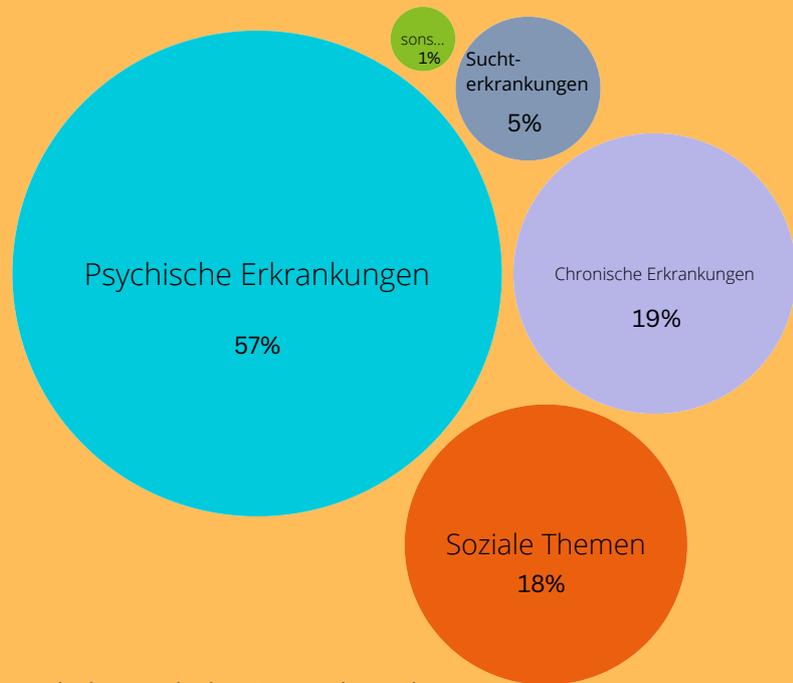
Die Finanzierung des Netzwerkes erfolgte im Rahmen einer Mischfinanzierung durch die gesetzlichen Krankenkassen, den Kreis Steinfurt, das Land NRW und Eigenmittel des Paritätischen Landesverbandes NRW.

Beim Netzwerk arbeiteten 2024 zwei Fachkräfte: Ute Silwedel und Larissa Loges sowie Holger Wermers in der Verwaltung.

# Zahlen und Fakten im Überblick

In 2024 wurden insgesamt 2334 Informations- und Beratungskontakte durch das persönliche Gespräch, über ein Telefonat, schriftlich per E-Mail oder auf dem postalischen Weg registriert. In Bezug auf die Zielgruppen der interessierten Bürger\*innen, Selbsthilfegruppen und Facheinrichtungen ergab sich im letzten Jahr folgende Verteilung:

Kontakte 2024	Betroffene
2334	373
Angehörige	Vertretung f. Betroffene
99	59
Selbsthilfegruppen	Profis
265	1323



Damit haben sich die Gesamtkontakte im Vorjahresvergleich leicht erhöht, von 2242 in 2023 auf 2334 in 2024. Signifikant ist dabei der Anstieg im Bereich Profis von 793 (2023) auf 1323 (2024).

Aktuell gibt es im Kreis Steinfurt ca.190 Selbsthilfegruppen.

## Facebook/Internet

Im Jahr 2024 gibt es mit 989 Followern bei Facebook 25 mehr als im Vorjahr.

## Neugründungen

Gruppengründungen in 2024:

- Sexueller Missbrauch
- Angehörige Autismus/ADHS
- Freizeit/Einsamkeit Steinfurt
- Soziale Phobie/Persönlichkeitsstörung
- Hashimoto Rheine
- SHG für Frauen mit Gewalterfahrung
- Pflegende Angehörige Saerbeck
- Pflegende Angehörige Greven
- Trennung/Depression Horstmar



Aktuell gibt es im Netzwerk sieben ehrenamtliche In-Gang-Setzer\*innen, die bei Bedarf neue Gruppen in der Anfangsphase begleiten. Im Jahr 2024 haben sich sieben Gruppen aufgelöst.

Im Bereich der Neugründungen war 2024 ein Trend zu verlängerten Gruppeninitiationsphasen zu beobachten. Die Gruppen benötigten bei der Gründung eine längere Begleitung durch die Fachkräfte der Selbsthilfe-Kontaktstelle als in den Vorjahren.

Zudem wurden im Jahr 2024 insgesamt 19 Anfragen zur Gründung neuer Gruppen gestellt. Trotz intensiver Beratung und umfassender Öffentlichkeitsarbeit haben es viele dieser Initiativen nicht über die Gründungsphase hinausgeschafft. In einigen Fällen zogen sich die Initiator\*innen zurück, während in anderen Fällen der Aufruf auf wenig oder gar keine Resonanz stieß.

## Jahresrückblick

Für 2024 gilt, wie schon für 2023, ein merklicher Anstieg der Nachfrage im Bereich psychischer Erkrankungen. Der Anteil liegt mittlerweile bei 57 Prozent aller Anfragen. Zugenommen hat auch die Nachfrage nach Unterstützung bei sozialen Themen wie Einsamkeit oder familiären Problemen, beispielsweise Kontaktabbrüchen seitens erwachsener Kinder.

Strukturell hat das Netzwerk Selbsthilfe & Ehrenamt die Nutzung der Räumlichkeiten am seit 2023 neuen Standort, Rudolf-Diesel-Straße 5 in Emsdetten, weiter intensiviert. So wurden die Tagungs- und Gruppenräume gut genutzt.



Im Januar 2024 fand ein großes Spendenevent eines kreisweiten Catering-, Event- und Restaurantbetriebes zugunsten des Steinfurter Bündnis gegen Depression statt.



Ebenfalls im Januar hat das Netzwerk im Rathaus in Rheine Zahlen und Fakten rund um die Selbsthilfe Interessierten präsentiert.



Das traditionelle Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen im Kreis Steinfurt, 1. Halbjahr, fand im Februar in Präsenz statt. Es nahmen rund 50 Gruppenvertreter/-innen teil.

Im April folgte auf Wunsch aus den Gruppen rund um psychische Gesundheit ein Austauschtreffen im Haus, welches sehr gut besucht war.

Ein ebenfalls gut gebuchtes Seminar zu Körpersprache bot das Netzwerk im Mai an.



Alex Zuidinga verstärkte von September bis Januar als Praktikant das Team des Netzwerks in 2024 im Rahmen seines Studiums der Sozialen Arbeit.

## Jahresrückblick

Im Oktober startete die Wanderausstellung „Eine Annäherung an das Thema Depression in fotografischen Assoziationen“ mit einer frequentierten „Walking Vernissage“ an der Auftaktstation in Lengerich. Danach zog die Ausstellung im November weiter nach Emsdetten in die Kontakt- und Begegnungsstätte Café Jedermann.



*Ab Sommer richtete sich ein Teilfokus wie bereits 2023 auf die Projekte des „Steinfurter Bündnis gegen Depression“. Passend zur Woche der seelischen Gesundheit fand eine Ausstellung in Kooperation mit einem Fotoclub sowie weiteren Protagonisten aus dem Kreis zum Thema „Depression“ an verschiedenen Orten statt, die auch 2025 noch weiter touren wird.*

Ebenfalls im Herbst gab es in Kooperation mit der Freiwilligenbörse Kiste im SKF e.V., eine mit fast 40 Personen sehr gut besuchte Veranstaltung in Ibbenbüren zum Thema Einsamkeit.



Der Newsletter des Netzwerks erschien im Berichterstattungszeitraum wie gewohnt zweimonatlich.

## Kontakte zu Facheinrichtungen

- Verwaltung und Politik
- Teilnahme an der Kommunalen Gesundheitskonferenz
- Krankenkassen
- Zusammenarbeit im Rahmen der Selbsthilfeförderung der Krankenkassen
- Bildungsträger
- Zentralschule für Krankenpflege in Rheine



## Fachgremien/Projekte

- Mitarbeit im Landesarbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW (LAK)
- Mitarbeit in der AG Parität SHK NRW
- Mitarbeit in der AG Interkulturelle Öffnung der SHK und der AG „gegen Rechte und Querdenkende“
- Mitarbeit „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ St. Antonius Klinik Hörstel
- Mitarbeit am Familienratgeber Aktion Mensch
- Steinfurter Bündnis gegen Depression
- Familienratgeber

## Veranstaltungen, Tagungen, Standeinsätze

- Klausurtagung SHK Parität NRW Köln
- 40 Jahre NAKOS / DAG SHG Tagung Berlin
- Ausstellung „Depression“ (Lengerich, Emsdetten)
- Gesamttreffen



## Ausblick 2025

2025 wird das Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt die Kooperation mit der VHS Lengerich erweitern und erstmals Kennenlern-Kurse zur Selbsthilfe anbieten.

Mit dem neuen Format „Kaffee & Klönschnack“ in den eigenen Räumlichkeiten in Emsdetten zum Jahresende geht ein weiteres, niederschwelliges Angebot für Selbsthilfe-Interessierte an den Start.

In Kooperation mit dem Kreis Steinfurt ist zudem für Herbst im Rahmen des Projekts Steinfurter Bündnis gegen Depression eine Living Library (Lebendige Bibliothek) zu Themen der psychischen Gesundheit geplant.



Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt  
Rudolf-Diesel-Straße 5  
48282 Emsdetten

Mo.: 10:00-12:30 Uhr und 14:00-16:00 Uhr

Mi.: 10:00-12:30 Uhr und 14:00-16:00 Uhr

Do.: 10:00-12:30 Uhr

Ihre Anliegen werden vertraulich behandelt und die Beratung ist kostenlos.

Tel.: 02572 / 960 16 84

e-Mail: [netzwerk-steinfurt@paritaet-nrw.org](mailto:netzwerk-steinfurt@paritaet-nrw.org)

Internet: <http://www.netzwerkselfhilfeundehrenamt.de>

### SPENDENKONTO

Kreissparkasse Steinfurt

IBAN: DE13 4035 1060 0072 4006 17

BIC: WELADED1STF