30 Jahre KOSKON
35 Jahre lak

KOSKON
Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in NRW

LANDESARBEITSKREIS lak Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW

Facetten der professionellen Selbsthilfe-Unterstützung in Nordrhein-Westfalen

1997

Jahrestagung der DAG SHG in Essen in Kooperation mit der WIESE und der KOSKON NRW.

Planung einer **Wanderausstellung** zur Selbsthilfe in Kooperation mit der AOK Rheinland, den Diakonischen Werken Rheinland und Westfalen, dem Paritätischen NRW und der AG KISS. Diese tourt ab 1999 rund 15 Jahre lang in NRW.

1996

Erste **Themenliste** Selbsthilfegruppen in NRW.

1995

Erster **Landesweiter Selbsthilfetag NRW** in Essen veranstaltet von MAGS mit KOSKON und AG KISS.

1994

Bundesweite **Förderempfehlungen** der Krankenkassen für die Selbsthilfe. Zur Umsetzung nimmt KOSKON Kontakt zu Krankenkassen NRW auf.

1993

Förderrichtlinien des Landes NRW stabilisieren die SHK

Beginn der **„Werkstattgespräche"** der KOSKON in Zusammenarbeit mit SHK. Regionale Institutionen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich lernen die Selbsthilfe kennen.

Beginn der Kooperationen der KOSKON mit der **Gesundheitsselbsthilfe NRW** und der **Landesarbeitsgemeinschaft Hilfe für Behinderte NRW** (heute LAGS)

1992

Erste **Fachtagung der KOSKON** „Selbsthilfeverbände und Selbsthilfe-Kontaktstellen - Perspektiven der Zusammenarbeit" in Zusammenarbeit mit dem MAGS. Zahlreiche weitere folgen.

KOSKON-**Rundbrief** gestartet.

KOSKON ist beteiligt an einem grenzüberschreitenden Arbeitskreis mit Selbsthilfe- und PatientenvertreterInnen in der **Euregio Maas-Rhein**.

1991

AG KISS und KOSKON entwickeln bundesweit erstmalig materielle und personelle **Ausstattungskriterien für Selbsthilfe-Kontaktstellen.**

1990

AG KISS beantragt beim Land NRW die Einrichtung einer landesweiten Koordinationsstelle. **KOSKON NRW wird gegründet** als Einrichtung der DAG SHG und erster Landeskoordination in Deutschland.

17 Selbsthilfe-Kontaktstellen in NRW mit unterschiedlicher personeller, räumlicher und technischer Ausstattung.

Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

1987

AG KISS erhebt im Auftrag vom MAGS den **Bestand** an Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Unterstützung in NRW.

.

1985/86

Arbeitsgemeinschaft der Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfe (AG KISS) NRW wird gegründet und wählt erstmalig **Sprecher.**

1983

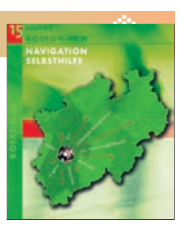
InDortmund wird die **erste Selbsthilfe-Kontaktstellen in NRW** gegründet.

2006

LAK erstellt Dokumentation anlässlich **20 Jahre LAK**

KOSKON richtet die **„Selbsthilfebörse"**ein. Sie erleichtert bei seltenen Erkrankungen und Problemen die Suche nach gleichermaßen Betroffenen.

2005



Im Arbeitskreis **„Landesnachweis"**des MAGS setzt sich KOSKON dafür ein, dass auch Selbsthilfegruppen als Teil des bürgerschaftlichen Engagements den Nachweis nutzen können.

2004

§140f SGB V führt **Patientenbeteiligung in Gremien ärztlicher Versorgung** ein. KOSKON gehört als Einrichtung der DAG SHG zu den maßgeblichen Beraterorganisationen für die Selbsthilfe in NRW.

Die Initiative des Landes NRW, die professionelle **Selbsthilfe-Unterstützung flächendeckend** in NRW auszubauen, führt zum Positionspapier der Krankenkassen mit dem Paritätischen. **Selbsthilfe-Büros** werden als neue Einrichtungsform mit geringerer Ausstattung konzipiert.

Beginn der Kooperation mit den **KOSA der KVNo und KVWL** (Koordinationsberatungsstelle für Ärzte, Psychotherapeuten und Selbsthilfegruppen).

Ratgeber **Selbsthilfe im Klinikalltag** erscheint durch Kooperation der KOSKON, SHK und den Wittgensteiner Kliniken.

2003

Erste Recherche **„Bestandsanalyse zur Situation der SHK in NRW"**. Sie wird seitdem alle fünf Jahre durchgeführt.

AG KISS führt **Strukturdiskussio** und benennt sich um in Landesarbeitskreis Selbsthilfe-Kontaktstellen (LAK) NRW.

LANDESARBEITSKREIS lak Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW

2002

KOSKON engagiert sich mit dem Diakonischen Werk, dem Paritätischen, der Gesundheits**selbsthilfe sowie SHK im Arbeitskreis Selbsthilfe und Krankenhaus**. Dieser verfasst u.a. einen Leitfaden.

2001

Erste **themenspezifische Fachtagung** der KOSKON zu Essstörungen. Weitere folgen zu Themen wie Angst, Depression, Mobbing, Demenz

2000

§20cSGB V führt die Förderung der Selbsthilfe durch die gesetzliche Krankenversicherung ein.

1999

Beginn der zweitägigen **Fortbildungen** für wissenschaftliche MitarbeiterInnen der SHK. Erste Fortbildung für Verwaltungsfachkräfte in SHK.

PatientInnen-Netzwerk NRW des Paritätischen gegründet, KOSKON wird Kooperationspartnerin.

1998

Erste Website der KOSKON **www.koskon.de**

Erstmalige Herausgabe der **„Roten"** und **„Grünen Broschüre"**. Diese Adressen-Verzeichnisse listen Selbsthilfe-Kontaktstellen sowie Selbsthilfe-Verbände in NRW auf und werden jährlich aktualisiert.

2020

Professionelle Selbsthilfe-Unterstützung durch 41 Selbsthilfe-Kontaktstellen (SHK) und 8 Selbsthilfe-Büros sowie Außenstellen.

Selbsthilfe in Zeiten von Corona – KOSKON NRW und SHK bauen **digitale Kommunikation** aus.

2019

Gründung des landesweiten **„Arbeitskreis Junge Selbsthilfe"** in Kooperation mit der Gesundheitsselbsthilfe NRW.

ARBEITSKREIS JUNGE SELBSTHILFE NORDRHEIN-WESTFALEN

2018

SHK personell erweitert durch **Fördererhöhungen nach §20h SGBV.**

NRW-Selbsthilfetour 2018 der Krankenkassenverbände NRW in Kooperation mit Selbsthilfe-Kontaktstellen und -verbänden.

2017

NRW fördert **Kontaktbüros PflegeSelbsthilfe** (KoPS) als Umsetzung von §45d SGB XI. 25 von 38 KoPS sind mit SHK verbunden.
Start der jährlichen **gesundheitspolitischen Fachgespräche** von Selbsthilfe- und PatientenvertreterInnen mit dem/der Beauftragten für Patientenbelange und dem/der Gesundheitsminister/in NRW.

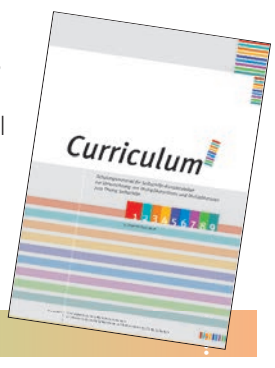
2015

„Migration und Selbsthilfeaktivierung" durch SHK. Projekt des Landes NRW und des Paritätischen mit der KOSKON, gefördert von der AOK.

2014

Anlässlich der Fachtagung des Landes **„15 Jahre Kommunale Gesundheitskonferenz"** präsentiert KOSKON mit Hilfe der SHK den aktuellen Stand der Selbsthilfebeteiligung.

LAK und KOSKON veröffentlichen das **Curriculum** „Schulungsmaterial für SHK zur Unterrichtung von MultiplikatorInnen zur Selbsthilfe".



2013

Das Positionspapier **„Die pflegebezogene SH in NRW stärken"** ist der Beitrag von KOSKON, LAK und Paritätischem zur Umsetzung §45d SGB XI.

Aus Überschussmitteln der GKV führen SHK **zweijährige Projekte** durch. Schwerpunkte sind Selbsthilfe bei psychischen Erkrankungen sowie im ländlichen Raum.

2012

KOSKON stellt der Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe (LAGS NRW) die Ergebnisse einer Befragung der SHK zur **Zusammenarbeit mit verbandlich organisierter Selbsthilfe** vor.

2011

Jahrestagung der DAG SHG in Düsseldorf mit dem Selbsthilfeservicebüro und der KOSKON.

2009

Landesweite **Anfrage-Statistik** wird erstmals verbindlich von den SHK ausgefüllt und von der KOSKON zusammengefasst. Sie ist Bestandteil des Qualitätssicherungskonzeptes von Krankenkassen und Paritätischem.

KOSA der KVNO und der KVWL starten in Zusammenarbeit mit KOSKON und den SHK eine **Fortbildungsserie für Medizinische Fachangestellte.**

2008

§20c SGB V macht die Soll-Regelung zu einer **Förderverpflichtung**. Die Selbsthilfe ist am Förderverfahren beteiligt. Die Umsetzung in NRW durch die Krankenkassen, /-verbände in NRW geschieht einheitlich und gemeinschaftlich

Menschen in der Selbsthilfe

Was ist gut daran, in einer Selbsthilfegruppe zu sein?

10 Antworten von engagierten Menschen aus rund **10.000** Selbsthilfe-gruppen

„Dadurch, dass ich mich als Gruppenleiterin und in der Endometriose-Vereinigung Deutschland aktiv für Betroffene einsetze, habe ich gelernt, meine Krankheit zu akzeptieren. ***Wenn ich durch mein Engagement anderen Frauen helfe und dafür sorge, die Krankheit bekannter zu machen, dann helfe ich gleichzeitig auch mir.“***

Maria Bambeck
Selbsthilfegruppe Endometriose Hennef, Rhein-Sieg-Kreissowie deren Angehörige Paderborn

Nicht alleine sein und anderen Mut machen

„Junge Selbsthilfe bedeutet ***Gemeinsamkeit und Stärke nicht trotz, sondern gerade durch die Individualität jedes Einzelnen.“***

Oliver Stöber
Junge Selbsthilfe Depression Aachen

„In der Selbsthilfegruppe erfahre ich, dass ich ***nicht alleine*** *bin. Außerdem* ***hilft mir die Gruppe, die Augen offen zu halten und nicht zu verschließen vor der Krankheit****.“*

Dr. Eckhard Hömberg
Parkinson vor Ort - Selbsthilfegruppe Parkinson Essen

Gemeinsam verstehen lernen

„Selbsthilfe bedeutet für mich, dass der Erfahrungs- und Informationsaustausch, der Rückhalt und die unabhängige Interessenvertretung an erster Stelle stehen. In unserer Gruppe wollen wir Betroffenen und Angehörigen beistehen und ***Mut machen, das Leben mit Stoma oder Darmkrebs anzunehmen****.“*

Ulrike Junkernheinrich-Claaßen
Deutsche ILCO e.V. Selbsthilfevereinigung für Stomaträger und Menschen mit Darmkrebs sowie deren Angehörige Paderborn

„Ich bin in einer Selbsthilfegruppe, weil ich mich dort verstanden fühle und nicht das Gefühl habe, mich verstellen zu müssen. Nach den Treffen fühle ich mich häufig besser. ***Alleine hätte ich nicht aus der Sucht herausgefunden.“***

Andreas Bünder
Selbsthilfegruppe für GlücksspielerInnen und deren Angehörige Unna

2020
30 Jahre KOSKON
35 Jahre lak

Selbshilfe in NRW – vielfältig, engagiert, individuell…

*„****Selbsthilfe ist für uns Gemeinschaft, Aktivität und Spaß.*** *Der Austausch mit Menschen, die die gleiche Diagnose haben, ist uns sehr wichtig. Denn Betroffene können verstehen, nachempfinden und sich gegenseitig Mut machen. Das ist ein wichtiger Teil im Umgang mit der Krankheit und hilft dabei ein gutes und positives Leben zu führen.“*

Anika Sievers
LipLife Selbsthilfegruppe Coesfeld

„Da ich selber schon viele Jahre in der Selbsthilfe aktiv bin, kann ich mit Bestimmtheit sagen: ***Selbsthilfe funktioniert.***

Sich mit Gleichgesinnten zu unterhalten, ohne sich ständig erklären zu müssen, macht Selbsthilfe für mich sehr wertvoll. *Bei jedem Gruppenbesuch werden die Teilnehmenden auch an Situationen erinnert, die keiner so wieder erleben möchte. Gleichzeitig kann ich meine Erfahrungen an andere weitergeben und ihnen auf die eine oder andere Weise hilfreich zur Seite stehen.“*

Peter Gesemann
Abstinenzgruppe Stemmer Friedewalde e.V. und In-Gang-Setzer, Kreis Minden-Lübbecke

Stärke und Seöbstbewusstsein erleben

„Aus unserer Selbsthilfegruppe ist die Initiative erwachsen, Kindern suchtkranker Eltern zu helfen. Im gemeinsamen Theaterspiel mit Kindern und Jugendlichen bringen wir Themen rund um das Dilemma der Sucht auf die Bühne. Dabei wachsen wir zusammen und ***erleben unsere Stärken, Selbstbewusstsein und Kreativität*** *– und Spaß macht es sowieso. Das Theaterspiel ist ein* ***Türöffner für Kontakt und Austausch*** *und berührt die Zuschauer.“*

Günter Doeker
Selbsthilfeverein Große Freiheit e.V. Gescher,
Theaterarbeit Kinder für Kinder machtlos, Klassenzimmer Theater, Kreis Borken

…dass, „Jeder von Jedem“ lernen kann

*„****Menschen mit Handicap eine starke Stimme in der Öffentlichkeit geben*** *- Das bedeutet für mich die Teilnahme an Selbsthilfe! Selbsthilfegruppen sollten sich selbst darin bestärken, aber auch darin bestärkt werden, maßgeblich zu einem gleichberechtigten Miteinander von Menschen mit und ohne Handicap beizutragen.“*

Anja Braun-Pfeiffer
Bezirksgruppe des Blinden- und Sehbehindertenvereins, Kreis Siegen-Wittgenstein

„Ich bin in der Selbsthilfe um in Austausch mit anderen Betroffenen zu kommen. Ich denke, dass ***„Jeder von Jedem“ lernen*** *kann. Es ist wichtig, dass die* ***Selbsthilfe auch im ländlichen Bereich*** *ist, gerade weil dort Mobilität und Vernetzung untereinander schwierig sind.“*

Louisa Hüttmann
Bezirksgruppe Wittgensteiner Land und Umgebung des DBSV (Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband), Kreis Siegen-Wittgenstein

Zum Hintergrund: In einem Klima des gesellschaftlichen Aufbruchs tun sich in den 1970er und 1980er Jahren Menschen zusammen, um Probleme bzw. Erkrankungen gemeinsam zu bewältigen. Sie setzen ihre spezifische Expertise neben ein professionelles Hilfesystem, das sie als entmündigend erleben. Zur Stärkung dieser „Neuen Selbsthilfebewegung“ gründet Prof. Dr. Michael Lukas Moeller 1975 die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen als losen Zusammenschluss mit Sitz in Gießen. 1982 wird die DAG SHG zum Verein, der sich als Fachverband themenübergreifend für Selbsthilfegruppen und die professionelle Selbsthilfe-Unterstützung durch Selbsthilfe-Kontaktstellen einsetzt.

KOSKON
Koordination für die
Selbsthilfe-Unterstützung in NRW
Friedhofstraße 39
41236 Mönchengladbach
Tel.: 02166 248567
Fax: 02166 249944
selbsthilfe@koskon.de
www.koskon.de

lak
Landesarbeitskreis
Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW
Friedhofstraße 39 (c/o KOSKON)
41236 Mönchengladbach
Tel.: 02166 248567
Fax: 02166 249944
selbsthilfe@koskon.de
www.koskon.de

KOSKON
Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in NRW

LANDESARBEITSKREIS lak Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW