

selko»

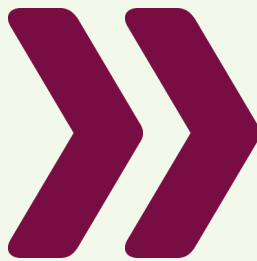
Aktiv in Selbsthilfe

Fortbildung 2017



Workshops
Seminare
Tagungen
Diskussionen

AKTIV IN SELBSTHILFE
Fortbildung 2017



Workshops
Seminare
Tagungen
Diskussionen

AK Fortbildung in der Selbsthilfe
und
Berliner Selbsthilfe-Kontaktstellen
Kontaktstellen PflegeEngagement
im Dachverband selko e.V.

Kontakt über SEKIS
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin
Tel 030 - 890 285 33
sekis@sekis-berlin.de



Inhalt

	Inhalt	2
1	Themenreihe: Wenn sorgende Angehörige alt werden	
	Montag, 16. Januar 2017	14.00 - 17.00 Uhr
		5
2	Dialog-Veranstaltung des Berliner Selbsthilfe-Forums	
	Migration und Flüchtlinge – Herausforderungen für die Selbsthilfeunterstützung	
	Dienstag, 24. Januar 2017	10.00 - 16.00 Uhr
		6
3	Auftaktveranstaltung	
	Viele Wege führen zum Ziel - die unerschöpfliche Vielfalt der Selbsthilfe	
	Samstag, 4. Februar 2017	11.00 - 16.00 Uhr
		7
4	Moderationstechniken in der Selbsthilfe	
	Dienstag, 14. Februar 2017	18.00 - 21.00 Uhr
	Dienstag, 21. Februar 2017	18.00 - 21.00 Uhr
		8
5	Aktives Selbstmanagement	
	Mittwoch, 15. Februar 2017	14.00 - 17.00 Uhr
		9
6	Selbsthilfe und Beratung	
	Donnerstag, 16. und 23. Februar, 23. und 30. März 2017	
		18.00 - 21.00 Uhr
		10
7	Die kommen alle nur ein oder zwei Mal	
	Vom Umgang mit „Durchreisenden“ in Selbsthilfegruppen	
	Donnerstag, 2. März 2017	18.00 - 21.00 Uhr
		11
8	Patienten-Rechte	
	Mittwoch, 8. März 2017	15.00 - 18.00 Uhr
		12
9	Selbsthilfe und Sozialrecht	
	Donnerstag, 9. März 2017	16.00 - 18.00 Uhr
		13
10	Vereinsarbeit – eine Herausforderung für Ehrenamtliche	
	Samstag, 11. März 2017	11.00 - 17.00 Uhr
		14
11	Supervision für Mitglieder von Selbsthilfegruppen	
	Montag, 13. März 2017	18.00 - 21.00 Uhr
	Montag, 26. Juni 2017	18.00 - 21.00 Uhr
	Donnerstag, 21. September 2017	18.00 - 21.00 Uhr
	Donnerstag, 7. Dezember 2017	18.00 - 21.00 Uhr
		15
12	Onlinebasierte Angebote in der Selbsthilfe-Unterstützung	
	Mittwoch, 20. März 2017	14.00 - 17.00 Uhr
		16
13	Impulse für die Öffentlichkeitsarbeit	
	Dienstag, 21. März	10.30 - 13.30 Uhr
		17



Inhalt

14	Patientenbeteiligung im Gesundheitswesen		
	Donnerstag, 13. April 2017	14.00 - 16.00 Uhr	18
15	Fortbildungsreihe: Selbsthilfe und Migration		19
	Freitag, 21. April 2017	16.00 - 19.00 Uhr	20
	Donnerstag, Juni 15. Juni 2017	18.00 - 22.00 Uhr	21
	Freitag, 22. September 2017	16.00 - 19.00 Uhr	22
	Donnerstag, 16. November 2017	16.00 - 21.00 Uhr	23
16	Humor in der Selbsthilfe		
	Samstag, 22. April 2017	10.00 - 16.00 Uhr	24
17	Selbst- und Fremdwertschätzung		
	Samstag, 29. April 2017	10.00 - 16.00 Uhr	25
18	Kraftquellen und innere Balance		
	Samstag, 6. Mai 2017	10.00 - 16.00 Uhr	26
19	Drum Circle—Lust auf Trommeln		
	Montag, 8. Mai 2017	16.00 -19.00 Uhr	27
20	Umgang mit (zu) großen Gruppen		
	Mittwoch, 10. Mai 2017	18.00 - 21.00 Uhr	28
21	Motivation für und durch Gruppenleitung		
	Samstag, 13. Mai 2017	10.00 - 16.00 Uhr	29
22	Abschied und Trauer in Selbsthilfegruppen		
	Donnerstag, 22. Juni 2017	18.00 - 21.00 Uhr	30
	Donnerstag, 29. Juni 2017	18.00 - 21.00 Uhr	31
23	Konflikte in der Selbsthilfegruppe		
	Samstag, 24. Juni 2017	10.00 - 16.00 Uhr	32
24	Veranstaltungen planen		
	Dienstag, 12. September 2017	18.00 - 21.00 Uhr	33
25	Integration neuer Mitglieder		
	Dienstag, 19. September 2017	18.00 - 21.00 Uhr	
	Dienstag, 26. September 2017	18.00 - 21.00 Uhr	34
26	Selbsthilfegruppen leiten		
	Donnerstag, 5. Oktober 2017	18.00 - 21.00 Uhr	35
	Donnerstag, 19. Oktober 2017	18.00 - 21.00 Uhr	36
	Donnerstag, 9. November 2017	18.00 - 21.00 Uhr	37
	Donnerstag, 23. November 2017	18.00 - 21.00 Uhr	38



Inhalt

27 Förderung der Selbsthilfe durch Krankenkassen		
Montag, 9. Oktober 2017	15.00 - 18.00 Uhr	39
28 Junge Selbsthilfe in gewachsenen Strukturen		
Donnerstag, 12. Oktober 2017	18.00 - 21.00 Uhr	40
29 Grenzen setzen		
Freitag, 13. Oktober 2017	18.00 - 21.00 Uhr	
Samstag, 14. Oktober 2017	11.00 - 17.00 Uhr	41
30 Ein starkes Netz - Potenziale von Netzwerken erkennen und nutzen		
Dienstag 24. Oktober	14.00 - 17.00 Uhr	42
31 Autonomie der Selbsthilfe		
Montag, 30. Oktober 2017	15.00 - 18.00 Uhr	43
32 Achtsamkeit und Aufmerksamkeit		
Samstag, 11. November 2017	10.00 - 16.00 Uhr	44
33 Methoden thematischen Arbeitens		
Montag, 20. November 2017	18.00 - 21.00 Uhr	45
34 Aktives Selbstmanagement		
Dienstag, 21. November 2017	10.30 - 14.30 Uhr	46
35 Wie funktioniert das deutsche Gesundheitswesen?		
Donnerstag, 30. November 2017	15.00 - 18.00 Uhr	47
Pflegeunterstützung		48
36 Angebote zur Unterstützung im Pflege-Alltag		
Donnerstag, 2. März 2017	09.30 - 12.00 Uhr	49
37 Rechtliche Betreuung in Wohngemeinschaften für Menschen mit Pflegebedarf		
Montag, 13. März 2017	16.00 - 19.00 Uhr	50
38 Forum Transparenz und Vernetzung in der Pflegeunterstützung		
Donnerstag, 27. April 2017	09.30 - 15.00 Uhr	51
39 Nachbarschaftliche Hilfenetze als Ausdruck lebendiger Nachbarschaften		
Mittwoch, 24. Mai 2017	09.30 - 15.30 Uhr	52
40 Ehrenamtliche führen		
Montag, 11. September 2017	09.00 - 16.00 Uhr	53
41 Schulungsangebote für Ehrenamtliche im Pflegeengagement		54
Arbeitskreis Fortbildung		60
Selbsthilfe—Kontaktstellen		61
Kontaktstellen Pflegeengagement		66
Anmeldung Impressum		68

1 Themenreihe: Wenn 'sorgende' Angehörige alt werden

Ein Gemeinschaftsprojekt von
Landesverband Angehöriger psychisch Kranker ApK - Jutta Crämer - und SEKIS

Es gibt eine Vielzahl an Gruppen von Angehörigen, die sich um das Leben von Kindern oder Partnern mit Krankheiten oder Problemen drehen: Pflegende Angehörige, Angehörige von psychisch Kranken oder Eltern behinderter Kinder.

Zum Glück werden wir heute alle älter und auch lange gesund älter. Aber letztlich führt kein Weg am Altwerden vorbei. Menschen, die sich ihr Leben lang um ihre Angehörigen gekümmert haben, stehen dann vor der Frage, was aus ihren Familienmitgliedern werden wird, wenn sie selber zunehmend weniger in der Lage sind, diese Zuwendung und Sorge zu leisten. Das Wissen darum kann Ängste auslösen, mit denen man lernen muss zu leben. Man kann aber auch versuchen, diese unausweichliche Veränderung bewusst in den Blick zu nehmen und sich aktiv darauf vorbereiten.

- Wer kümmert sich um meinen Sohn/Tochter/ Ehemann, wenn ich es nicht mehr kann?
- Was muss ich rechtlich regeln, damit alles so stattfinden kann, wie es für die Betroffenen am besten ist?
- Welche rechtlichen Vorkehrungen muss man in jedem Fall treffen?
- Welche Unterbringungsmöglichkeiten gibt es für besondere Versorgungsbedarfe?
- Wie kann man Gespräche führen mit denjenigen, die man dann um Hilfe bitten muss?
- Bei wem kann ich Hilfe finden und was muss ich selber regeln?

Es ist gut, wenn man sich mit diesen Fragen nicht alleine auf den Weg machen muss. Wir wollen versuchen, die ersten Schritte dahin gemeinsam zu gehen.

Montag 16. Januar 2017 14.00 - 17.00 Uhr
Thema Neuerungen in der Pflegeversicherung

Montag 13. März 2017 14.00 - 17.00 Uhr

Montag 15. Mai 2017 14.00 - 17.00 Uhr

Montag 10. Juli 2017 14.00 - 17.00 Uhr

Ort Paritätischer Wohlfahrtsverband, Brandenburgische Str. 80

Anmeldung Jutta Crämer - Landesverband Angehörige psychisch Kranker

Tel 030 892 68 86 (Anrufbeantworter)

Mail jhcraemer@aol.com

2 **Selbsthilfe: Migration und Flüchtlinge** **Herausforderungen durch neue Partner** **Ein Dialog zu Erfahrungen, Projekten und Kooperationen**


Die Berliner Selbsthilfe und die Kontaktstellen sind durch die große Bedeutung, die der Zuwanderung von Migranten in einer wachsenden Stadt sowie durch die Flüchtlingen zugemessen wird, aufgefordert, Angebote, Handlungsschwerpunkte und fachliche Planungen im Bereich Migration und Flüchtlinge neu zu gestalten.

Die Zusammenarbeit mit Menschen aus anderen Ländern und die Integration verschiedener Kulturen in die Arbeit mit und für Selbsthilfegruppen ist zwar schon seit Jahren Bestandteil der Arbeit von Gruppen und der Selbsthilfe-Unterstützung. Die Bedeutung der verschiedenen kulturellen Communities und die hohe Zahl der Flüchtlinge bedeuten aber, dass neue Zielgruppen für die Selbsthilfe hinzukommen.

Während der Schwerpunkt der Flüchtlingsarbeit zunächst in den Bereichen Erstversorgung, Unterbringung und der Überwindung notwendiger bürokratischer Erfordernisse lag, beginnen die Flüchtlinge vermittelt über die Projekte der Willkommenskultur in sozialen Einrichtungen, insbesondere in Stadtteilzentren, erste Gruppen zu bilden. Diese Gruppen entstehen zunächst um alltägliche Gemeinsamkeiten, sie könnten auch in Selbsthilfegruppen übergehen. Sie sind aber (anders als klassische Selbsthilfegruppen) noch sehr stark auf professionelle Hilfe Anderer angewiesen.

Selbsthilfe ist zu einem erheblichen Teil alltagsnahe psycho-soziale Hilfe. Die inzwischen vielfach gestellte Frage, ob die Bewältigung von Traumata der Flüchtlinge auch in Selbsthilfe erfolgen könne, stellt Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Organisationen und Selbsthilfe-Kontaktstellen vor die Aufgabe, Kompetenzen zu erwerben, damit fachgerecht umzugehen, vor allem an die richtigen professionellen Instanzen zu vermitteln. Neue Kooperationsstrukturen zu professionellen Anbietern der therapeutischen Arbeit sind notwendig.

Das Selbsthilfe-Forum will einen solchen Diskurs anregen und Partner verknüpfen.

 **Dienstag** **24. Januar 2017** **10.00 - 16.00 Uhr**
Rathaus Schöneberg
John-F-Kennedy-Platz 10825 Berlin | Raum 195
SEKIS | Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle
wassink@sekis-berlin.de Tel 030 890 285 37

Anmeldungen



3 Viele Wege führen zum Ziel Die unerschöpfliche Vielfalt der Selbsthilfe

Die Selbsthilfe wird immer bunter – nicht nur in der Breite und Vielfalt der aufgegriffenen Themen sondern auch in der Ausbildung neuer Zielgruppen wie der Jungen Selbsthilfe oder der Migrationselbsthilfe. Wie arbeiten all diese Gruppen, was sind ihre Besonderheiten und Unterschiede?

Unsere Eröffnungsveranstaltung soll diesmal zu einem Forum der Begegnung der Vielfalt der Selbsthilfe werden: Vielfalt kann sich auf die unterschiedlichen Themen beziehen, die Selbsthilfegruppen verfolgen, sie drückt sich in der Herkunft und Nationalität ihrer Mitglieder aus, sie bezieht sich auf die Gruppenkultur, auf Alter und Geschlecht, auf die Konzepte in der Arbeit, auf Methodenvielfalt und auf vieles mehr.

Was Vielfalt in der Selbsthilfe bedeutet, wollen wir an diesem Tag mit Ihnen, herausfinden - wie immer mit einer Fülle von kreativen Methoden, die uns gut miteinander in Kontakt bringen werden.

Es gibt viel zu entdecken und voneinander zu lernen.

Sie sind herzlich eingeladen, die verschiedenen Gesichter der Selbsthilfe an diesem Tag leibhaftig zu erleben und sichtbar werden zu lassen!

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten. Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.



Samstag **4. Februar 2017** **11.00 - 16.00 Uhr**
Ort **Villa Donnersmarck | Schädestr. 9 -13 | 14165 Berlin**
Leitung **Das Team des Arbeitskreises Fortbildung**
Kosten **keine**
 Preiswerter Mittagstisch am Veranstaltungsort
Anmeldung **030 80 19 75 14 | selbsthilfe@mittelhof.org**

4 Moderationstechniken in der Selbsthilfe

Gespräche zu moderieren, zu strukturieren und zu begleiten, schafft der Gruppe Freiraum, sich auf den Inhalt zu konzentrieren. Dies ist eine verantwortungsvolle Aufgabe, die aber auch sehr spannend sein und viel Freude bereiten kann.

Im Rahmen einer Selbsthilfegruppe ist es manchmal nicht leicht Menschen zu finden, die diese Aufgabe übernehmen. Selbst Teil des Gespräches zu sein und gleichzeitig auf den Rahmen zu achten, kann schnell überfordern. Ängste vor der Verantwortung, oder etwas falsch zu machen, können weitere, Hemmnisse sein.

Die Fortbildung möchte Handwerkszeug für die Moderation von Gruppengesprächen vermitteln. Sie hilft, die mit der Moderation verbundene Rolle in der Selbsthilfegruppe besser zu verstehen. So werden die damit verbundenen Aufgaben überschaubar und die vermeintliche Verantwortung leichter.

Zwei Abende, die Mut machen, sich mit diesem Know-How in der Gruppe einzubringen und auszuprobieren. Dabei werden uns folgende Themen beschäftigen:

- Rolle der Moderatorin / des Moderators
- Aufgaben der Moderatorin / des Moderators
- Methoden in der Moderation
- Unterschied Moderation und Leitung

Hinweis: Bei ausreichendem Interesse möchten wir am 28. Februar 2017 einen Workshop zur Vertiefung anbieten (zusätzlich € 6,00).

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Dienstag	14. Februar 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Dienstag	21. Februar 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V. Holsteinische Str.30, 12161 Berlin (Friedenau)	
Leitung	Birgit Sowade, Jens Erik Geißler	
Kosten	12 €	
Anmeldung	selbsthilfe@nbhs.de Tel 030 - 85 99 5130/33	

5 Aktives Selbstmanagement

Lebensveränderungen und chronische Erkrankung erfordern oft neue Formen des aktiven Selbstmanagements. Das bedeutet seine persönlichen Wege und Strategien, sein Leben nach eigenen Wünschen und Vorstellungen zu gestalten und gleichzeitig Herausforderungen z.B. einer Krankheit zu begegnen. Das Leben mit Erkrankungen oder Beeinträchtigungen erfordert häufig Veränderungen im Alltag für Betroffene und Angehörige, damit die Lebensqualität verbessert und eigenständige Wege gefunden werden können.

Wie es mit Hilfe gezielter Methoden (Werkzeuge) des Selbstmanagements gelingen kann, die notwendigen Entscheidungen zu treffen und diese Schritt für Schritt in die Tat umzusetzen, möchten wir vorstellen und üben. Im Mittelpunkt soll die Erstellung, erfolgreiche Anwendung und Umsetzung eines eigenen Handlungsplanes stehen.

Eingeladen sind alle, die ihre Lebensqualität verbessern möchten sowie Mut und Freude am Ausprobieren von neuem haben.

 Mittwoch	15. Februar 2017	14.00 - 17.00 Uhr
Leitung	Ines Krahn	
Ort	Selbsthilfekontaktstelle für Charlottenburg-Wilmersdorf Bismarckstraße 101 10625 Berlin	
Kosten	6 €	
Anmeldung	krahn@sekis-berlin Tel 030 89028538	

6 Selbsthilfe und Beratung

Auch in der Selbsthilfe sind wir fast täglich damit konfrontiert, dass wir andere Menschen beraten. Selten haben wir jedoch die Möglichkeit, mit anderen darüber zu reflektieren, wie wir das tun. In diesem Seminar wird ausreichend Gelegenheit sein, uns mit allen dazu bewegendenden Fragen zu beschäftigen.

- Wie berate ich andere Betroffene?
- Was gelingt mir gut?
- Wo sind meine Schwierigkeiten in der Beratung?
- Was belastet mich?
- Wie kann ich eine gesunde Distanz im Beratungsgespräch herstellen?

Dieses Seminar ist ein Trainingsseminar. Anhand konkreter Fallbeispiele in der telefonischen und persönlichen Beratung wollen wir an diesen vier Abenden herausfinden, wo unsere Stärken im Beratungsgespräch liegen und wo wir an Kompetenz noch hinzu gewinnen können. Angesprochen sind Kontaktpersonen und Leitende in Selbsthilfegruppen sowie Ehrenamtliche und Laienhelfende aller Art, die in irgendeiner Form Beratungsfunktionen übernommen haben.

Arbeitsmethoden sind Erfahrungsaustausch, Rollenspiele, kurze Theorieinputs sowie das Vorstellen hilfreicher Elemente gängiger Beratungsmethoden.

Die Abende bauen aufeinander auf, von daher ist die Teilnahme an allen Tagen erwünscht.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Donnerstags	16. Februar	23. Februar 2017
	23. März	30. März 2017 jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf im Mittelhof Königstr. 42/43 14163 Berlin	
Leitung	Hanne Theurich Götz Liefert	
Kosten	24 € für alle Termine	
Anmeldung	Tel 030 801975 14	



7 Die kommen alle nur ein oder zwei Mal Vom Umgang mit „Durchreisenden“ in Selbsthilfegruppen

Das Phänomen der „Durchreisenden“ kennen eigentlich alle Gruppen. Menschen kommen zum ersten Mal, man stellt sich vor und stellt sich ein – und schon war es auch wieder das letzte Mal, dass man sich gesehen hat.

Manche Gruppen und Themenfelder leiden unter dieser Erfahrung häufiger als andere. Das macht müde und frustriert. Es enttäuscht die Hoffnung auf neue Teilnehmer*innen und irritiert das gemeinsame Arbeiten an den eigentlichen Themen.

Dieser Abend wird versuchen dem Phänomen der „Durchreisenden“ auf die Spur zu kommen. Die Gründe, nicht weiter zur Gruppe zu kommen, können vielfältig sein. Wir zeigen unterschiedliche Beweggründe auf und versuchen die dahinterliegenden Motive zu verstehen. In einem zweiten Schritt werden gemeinsam Strategien entwickelt, um neuen Anfragen gerecht zu werden, ohne die eigene Arbeit zu sehr darunter leiden zu lassen. Den unterschiedlichen Beweggründen „Durchreisender“ versuchen wir dabei mit jeweils angepassten Strategien zu begegnen.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.



Donnerstag	2. März 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfe- Kontaktstelle Mitte StadtRand gGmbH Perleberger Str. 44, 10559 Berlin	
Leitung	Götz Liefert und Birgit Sowade	
Kosten	6 €	
Anmeldung	kontakt@stadtrand-berlin.de Tel 030 394 63 64	



8 Patienten-Rechte Informationen für Selbsthilfe- und Patientenorganisationen

Das Patientenrechte-Gesetz liegt nun schon einige Jahre vor. Dennoch machen Selbsthilfegruppen die Erfahrung, dass diese Rechte nicht allen bekannt sind.

Wichtige Elemente sind

- Regelungen des Behandlungs- und Arzthaftungsrechts im Bürgerlichen Gesetzbuch
- Förderung der Fehlervermeidungskultur
- Stärkung der Verfahrensrechte bei Behandlungsfehlern
- Stärkung der Rechte gegenüber Leistungsträgern
- Stärkung der Patientenbeteiligung
- Klärung von Vorgaben für Patienteninformation

Was das im Einzelnen genau bedeutet, möchten wir vorstellen und auf Fragen zur Umsetzung eingehen, damit Aktive in Selbsthilfegruppen die neuen Regelungen aktiv einfordern und ihre Mitglieder informieren können.



Mittwoch

Ort

Leitung

Kosten

Anmeldung

8. März 2017

SEKIS | Bismarckstr.101 | 10625 Berlin

Katrin Ulmer | Büroleitung Patientenbeauftragte für Berlin

keine

sekis@sekis-berlin.de | Tel 030 890 285 33

15.00 - 18.00 Uhr

9 Selbsthilfe und Sozialrecht

Viele chronisch Kranke oder behinderte Menschen haben nicht genügend Wissen zur Einstufung als Schwerbehinderte. Für Mitglieder in Selbsthilfegruppen sollen in diesem Seminar Fragen besprochen werden, die in Gruppen immer wieder auf der Tagesordnung stehen.

Es geht um folgende Themenfelder:

- Schwerbehinderung: Fragen zur Antragstellung
- Widerspruchsverfahren
- Gleichstellungsantrag
- Wiedereingliederung in das Arbeitsleben
- Verschlimmerungsantrag beim Versorgungsamt
- Klage beim Sozialgericht

An Hand von Beispielen der Teilnehmenden können praxisnah Grundlagen zur sozialen Absicherung bei Krankheit und Behinderung erörtert werden.

Donnerstag	9. März 2017	16.00 - 18.00 Uhr
Ort	SEKIS Selbsthilfe-Kontakt- und Informationsstelle Bismarckstr. 101 10625 Berlin	
Referentin	Hannelore Rohde-Käsling	
Kosten	6 €	
Anmeldung	Mail sekis@sekis-berlin.de	

10 Vereinsarbeit – eine Herausforderung für Ehrenamtliche

Die Arbeit in Vereinen und Regionalgruppen von Selbsthilfe-Organisationen wird in der Regel von Ehrenamtlichen organisiert.

Die vielfältigen Aufgaben stellen hohe Ansprüche an die Akteure.

- Welche Anforderungen sind mit dieser Aufgabe verbunden?
- Wie gehen die Vorsitzenden und Vereinsmitglieder mit der Verantwortung um?
- Wie und wodurch können sich die Aktiven entlasten?

In dieser Veranstaltung wollen wir uns mit diesen Fragen (Themen) auseinander setzen und Anregungen für mögliche Lösungsschritte gemeinsam erarbeiten.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Samstag	11. März 2017	11.00 - 17.00 Uhr
Ort	KIS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow Schönholzer Str. 10 13187 Berlin	
Leitung:	Katarina Schneider, KIS und Sabine von Wegerer, Berliner Leberring e.V.	
Kosten	12 €	
Anmeldung	KIS Tel 030 499 87 09 10 kis@hvd-bb.de	

11 Supervision für Mitglieder von Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen müssen häufig eine Vielzahl von Schwierigkeiten bewältigen. In der Supervisionsgruppe ist Raum für den Erfahrungsaustausch und die Erarbeitung von Lösungen für Probleme und Fragen aller Art. Das Angebot ist offen für alle, die ihre Fragen und Schwierigkeiten aus ihren Gruppen einbringen möchten und neugierig auf die Themen aus anderen Selbsthilfegruppen sind.

Um den vielen Fragen und Themen in der Supervision gerecht zu werden, arbeiten wir mit unterschiedlichsten Methoden: neben dem Erfahrungsaustausch im Gespräch dienen uns anschauliche Instrumente wie Rollenspiele, um typische Situationen in Selbsthilfegruppen erfahrbar und nachvollziehbar zu machen.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Montag 13. März 2017 18.00 - 21.00 Uhr
Ort KIS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow
 Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin
Anmeldung kis@hvd-bb.de, Tel 030 499870910

Montag 26. Juni 2017 18.00 – 21.00 Uhr
Ort: Eigeninitiative Selbsthilfezentrum Treptow-Köpenick,
 Genossenschaftsstr. 70, 12489 Berlin
Anmeldung eigeninitiative@ajb-berlin.de, Tel 030 6310985

Donnerstag 21. September 2017 18.00 - 21.00 Uhr
Ort: Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt, Wattstr. 13, 13629 Berlin
Anmeldung shtsiemensstadt@casa-ev.de, Tel 030 3817057

Donnerstag 7. Dezember 2017 18.00 - 21.00 Uhr
Ort Selbsthilfekontaktstelle im Mittelhof e.V. Steglitz-Zehlendorf
 Königstr. 42/43 | 14163 Berlin
Anmeldung selbsthilfe@mittelhof.org, Tel 030 80197514
Leitung Götz Liefert
Kosten 6 € pro Treffen

12 Onlinebasierte Angebote in der Selbsthilfe-Unterstützung Datenschutz und Datensicherheit - eine Herausforderung

Das Internet ist zum selbstverständlichen Alltagsbegleiter geworden. Auch in der Selbsthilfe sind Homepages, Foren oder Chats eine übliche Form der Kommunikation.

Neu sind für viele Gruppen und ihre Mitglieder jedoch die vielfältigen Möglichkeiten der sozialen Netzwerke wie Facebook, Google+ oder WhatsApp. Die schnellen und bequemen Formen des Austauschs von Informationen und der Vernetzung stellen jedoch sehr hohe Anforderungen an den verantwortlichen Umgang mit persönlichen Daten. In der Selbsthilfe geht es meist um sehr persönliche Daten. Informationen über soziale Probleme oder Gesundheitsfragen sind hochsensibel. Das Bewusstsein darüber, wie die neuen Kommunikationsformen mit diesen Daten, die über soziale Netzwerke meist sehr schnell ausgetauscht werden, von den Anbietern, Firmen oder Dritten genutzt und weitergegeben werden, ist jedoch in der Selbsthilfe noch nicht sehr weit verbreitet.

Das Seminar will sehr praxis- und alltagsnah über die datenschutzrechtlichen und problematischen Seiten der kostenlosen und allseits verfügbaren „Hilfen“ und Plattformen informieren. Es soll notwendiges Wissen vermittelt werden, das für einen souveränen Umgang mit ‚social Media‘ gerade für die Selbsthilfe notwendig ist.

- Wie und wofür nutzt die Selbsthilfe das Internet
- Über verschiedenen Sichtweisen auf Internet-Foren
- Was sind cookies und was ist tracking?
- Wie weit reicht das tracking?
- Chancen und Risiken der Gesundheitsselbsthilfe im Netz
- Datenschutz in der Online-Selbsthilfe: rechtlich geboten – ethisch notwendig
- Hilfen für eine sichere Nutzung von Angeboten.

Montag

20. März 2017

14.00 - 17.00 Uhr

Leitung

Miriam Walther | NAKOS

Ort

**SEKIS - Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle
Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin**

Kosten

6 €

Anmeldung

Tel 030 890 285 33

oder per Mail

sekis@sekis-berlin.de

13 Impulse für die Öffentlichkeitsarbeit Gezielt neue Mitglieder ansprechen

Viele Selbsthilfegruppen suchen neue Mitglieder, weil die Gruppe zu klein wird oder sie sich „verjüngen“ wollen.

Übliche Formen der Öffentlichkeitsarbeit kennen alle: Handzetteln, Faltblätter, Broschüren, Anzeigen, Einträge in Datenbanken, Internetauftritt, Tage der offenen Tür, Pressearbeit. Kreative Elemente und Vorgehensweisen können die effiziente Positionierung der Öffentlichkeitsarbeit Ihrer Selbsthilfegruppe oder Selbsthilfeorganisation unterstützen.

Ansätze und mögliche Lösungen:

- Warum wollen wir unsere Selbsthilfegruppe oder Selbsthilfeorganisation bekannt/-er machen?
- Wen wollen wir mit unserer Werbung erreichen?
- Wo und wie wollen wir uns in der Öffentlichkeit präsentieren?
- Wann ist ein guter Zeitpunkt für die Bewerbung?
- Wen können wir als Unterstützer und Partner gewinnen?
- Einsatz kreativer Methoden
- Auftritt im Internet oder sozialen Netzwerken
- Im Mittelpunkt der Veranstaltung stehen vielfältige Beispiele und Öffentlichkeitsmaßnahmen für praktische Umsetzungsideen.

Dienstag	21. März 2017	10.30 - 13.30 Uhr
Leitung	Ines Krahn und Wolfgang Hardt	
Ort	SEKIS - Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle Bismarckstr. 101 10625 Berlin	
Kosten:	6 €	
Anmeldung oder per Mail	Tel 030 890 285 38 krahn@sekis-berlin.de	

14 Patientenbeteiligung im Gesundheitswesen

Patienten haben, wenn sie sich in Selbsthilfe- oder Patientenverbänden organisieren, die Möglichkeit in Gremien des Gesundheitswesens mitzuarbeiten und sich zu beteiligen. Seit dem Jahr 2004 räumt der Gesetzgeber den maßgeblichen Organisationen zur Vertretung der Patienten formale Beteiligungs- und Mitspracherechte auf Bundes- und Länderebene ein. Damit haben endlich diejenigen eine Stimme im Gesundheitssystem, die eigentlich im Mittelpunkt stehen sollten: Patientinnen und Patienten. Damit wurden Forderungen vieler Selbsthilfeorganisationen aufgegriffen, nicht nur die individuellen Patientenrechte zu stärken, sondern auch Partizipationsmöglichkeiten einzuräumen.

Die wichtigste Möglichkeit der Beteiligung zur Patientenvertretung ist sicher die im Gemeinsamen Bundesausschuss, dem höchsten Gremium der Selbstverwaltung von Krankenkassen und Ärzten, in dem nahezu alle rechtlich und finanziell bedeutsamen Umsetzungen von Gesetzen zur Gesundheitsversorgung diskutiert und als verbindliche Richtlinien beschlossen werden.

Um Aktive in Selbsthilfegruppen zu motivieren, sich in der Patientenbeteiligung zu engagieren, möchten wir folgende Themen vertiefen:

- Rechtliche Grundlagen
- Wer kann mitarbeiten?
- Patienten-Verbände
- Koordination der Beteiligung
- Wo kann man mitarbeiten?

Donnerstag

13. April 2017

14.00 - 16.00 Uhr

Ort

SEKIS | Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin

Leitung

Ursula Helms – Geschäftsführerin der NAKOS und Patientenvertreterin im

Gemeinsamen Bundesausschuss für die DAG SHG

Kosten:

keine

Anmeldung

sekis@sekis-berlin.de | Infos unter Tel 030 890 285 37



15 Fortbildungsreihe: Selbsthilfe und Migration

Selbsthilfe ist ein „westliches“ Modell. Es beschreibt die selbstorganisierten Treffen einer Gruppe von Menschen, die ein gemeinsames Erleben verbindet. Oft ist es eine Erkrankung, eine einschneidende Erfahrung oder der Wunsch, ein gemeinsames Problem auch gemeinsam zu besprechen. Professionelle, ob Ärzt*innen, Therapeut*innen oder Sozialarbeiter*innen sind nur als Gäste gern gesehen.

In vielen Ländern ist dieses Modell der Selbstorganisation nicht bekannt. Meist gibt es nicht einmal ein Wort für diese Form der Zusammenarbeit Gleichbetroffener.

Dennoch gibt es eine Vielzahl von Gruppen von, für und mit Migrantinnen und Migranten. Immer mehr Gruppen in Berlin ist der Schritt zur Integration bereits gelungen. Regelmäßig treffen sich muttersprachliche Gruppen zu unterschiedlichsten Themen in ganz Berlin. Ihre Fragen zur guten Gestaltung der Gruppentreffen sind denen deutschsprachiger Selbsthilfegruppen oft sehr ähnlich. Der Hintergrund ihrer Erfahrungen unterscheidet die aufkommenden Fragen dennoch an manchen Stellen von den Erfahrungen deutschsprachiger Gruppen. Es tauchen andere Fragen, andere Schwierigkeiten auf.

Auf diesem Hintergrund bietet die untenstehende Reihe vier Fortbildungsmodule an. Sie bearbeiten grundlegende Fragen der Selbsthilfegruppenarbeit und richten sich gezielt an interessierte und engagierte Menschen mit Migrationshintergrund oder solche, die mit diesen arbeiten. Neben der fachlichen Fortbildung soll es damit möglich werden, die auftretenden Fragen auf dem gemeinsamen Hintergrund der Migrationserfahrung und der verschiedenen Formen der Zusammenarbeit zu bedenken.

Die Module sind einzeln buchbar. Teilnehmer*innen, die die gesamte Reihe belegen erhalten am Ende der Fortbildungsreihe ein Zertifikat.



15 Fortbildungsreihe: Selbsthilfe und Migration

1 Zusammen sind wir stark Wie die Gruppe zur Gruppe wird

Zehn Menschen in einem Raum sind noch keine Gruppe. Um wirklich gut zusammen zu finden, braucht jede Gruppe Zeit und tatsächlich auch manches an Arbeit.

Was ist uns zusammen wichtig? Was möchten wir hier nicht haben? Wer packt wo mit an und was gibt es überhaupt zu tun, damit wir uns alle wohlfühlen? Das alles mit einer bunten Mischung an Persönlichkeiten zu regeln, braucht manchmal viel Geduld.

Diese Fortbildung will untersuchen, was eine Gruppe ausmacht und was sie gut zusammenwachsen lässt. Wir lernen, dass eine Gruppe in unterschiedlichen Zeiten unterschiedliche Phasen durchläuft – und damit auch unterschiedliche Unterstützung braucht. Wir erfahren, was das besondere einer Selbsthilfegruppe ausmacht und lernen einige der Strukturen und Spielregeln kennen, die andere Gruppen für sich als Hilfe entdeckt haben.

Eine Fortbildung die lehrt, was Gruppen stark macht.



Freitag
Ort

21. April 2017 **16.00 - 19.00 Uhr**

Selbsthilfezentrum Neukölln
Löwensteinring 13 a | 12353 Berlin

Leitung

Team des AK Migration und Selbsthilfe Berlin

Kosten

6 €

Anmeldung

info@selbsthilfe-neukoelln.de | Tel 30 6816064



15 Fortbildungsreihe: Selbsthilfe und Migration

2 Ich und meine Gruppe

Meine Rolle in der Begleitung einer Selbsthilfegruppe

Wer gerne eine Gruppe begleiten oder leiten möchte, hat meist auch Ideen, warum. Vielleicht möchte man die eigenen guten Erfahrungen weitergeben – oder anderen schlechte Erfahrungen ersparen. Vielleicht hat man Spaß daran, Verantwortung zu übernehmen oder man möchte einfach einen guten Ort für das eigene Thema schaffen.

Selbsthilfegruppen sind Orte, in denen bestenfalls alle etwas hineingeben und auch alle für sich selbst profitieren.

Was bedeutet das, wenn es um meine Rolle in der Gruppe geht?

Was möchte ich hineingeben, was nicht? Sind wir eine Gruppe mit einer klaren Leitung? Oder mehreren? Oder gar keiner?

In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns mit unterschiedlichen Leitungsmodellen in Selbsthilfegruppen. Gemeinsam wollen wir herausfinden, was davon zu unserer Persönlichkeit - und der Persönlichkeit der Gruppe - passt.

Wir lernen die Haltung der Moderation von Gruppen kennen. Wir verstehen, was sie von der Haltung einer verantwortlichen Leitung unterscheidet und welche Wirkung beide Modelle in einer Gruppe haben. Schließlich versuchen wir, das jeweils für uns passende Mischungsverhältnis zu finden.

Eine Fortbildung für alle, die verstehen möchten, wie ihre Begleitung in der Gruppe wirkt.



Donnerstag
Ort

15. Juni 2017

18.00 - 21.00 Uhr

Selbsthilfe-Kontaktstelle Mitte
Perleberger Str. 44 | 10559 Berlin

Leitung

Team des AK Migration und Selbsthilfe Berlin

Kosten

6 €

Anmeldung

kontakt@stadtrand-berlin.de | Tel 030 3946364

**15 Fortbildungsreihe: Selbsthilfe und Migration**

3 Wenn Sokrates auf Aysel trifft

Wie unterschiedliche Persönlichkeiten in der Gruppe sich gut verstehen lernen

Viele Gruppen treffen sich zum Austausch in einer Muttersprache. Manche bieten Platz für Menschen unterschiedlicher Sprachen. Immer aber treffen eine Menge unterschiedlicher Persönlichkeiten und Lebensweisen zusammen – selbst wenn alle aus einem Land stammen. Temperament, Alter, Geschlecht oder einfach der persönliche Geschmack bieten in Gruppen viel Stoff um irritiert und manchmal ärgerlich zu sein.

Wie schaffen wir es, in der Gruppe mit unseren Unterschieden umzugehen?

Was hilft uns, gut miteinander reden zu können, um wirklich voneinander zu lernen?

Thema dieser Fortbildung ist die Kommunikation in der Gruppe. Wir lernen, wie unsere Gespräche häufig funktionieren und was wir tun können, um uns besser gegenseitig zu verstehen. Wir hören von Tricks in der Kommunikation, die Gruppen entdeckt haben um ihre Gespräche in guter Atmosphäre halten zu können. Schließlich probieren wir uns selber aus. Im Reden und (zu-)hören, im Moderieren und Verstehen.



Freitag	22. September 2017	16.00 - 19.00 Uhr
Ort	Selbsthilfezentrum Neukölln Nord	
	Herzbergstraße 22 12055 Berlin	
Leitung	Team des AK Migration und Selbsthilfe Berlin	
Kosten	6 €	
Anmeldung	info@selbsthilfe-neukoelln.de Tel 030 6816064	

15 Fortbildungsreihe: Selbsthilfe und Migration

4 Erst Krabbeln, dann Laufen ... Selbsthilfegruppen in die Selbstständigkeit begleiten

Viele Gruppen sind gerne begleitet. Es schafft Sicherheit, wenn man weiß, wer da sein wird und wer sich kümmert. Es ist gut, jemanden anschauen zu können, wenn es schwierig wird. Jemand, der sich auskennt und auf den oder die Verlass ist.

Die Idee in Selbsthilfegruppen ist es, dass alle Verantwortung tragen. Für sich, die eigenen Wünsche in der Gruppe und auch für die Gruppe als Ganzes. Die Gruppe ist mehr als alle Wünsche und Erwartungen.

Die beste Leitung/Begleitung ist die, die sich überflüssig macht. Denn eine eigenständige Gruppe ist eine starke Gruppe. Die Mitglieder passen aufeinander und auf das Gelingen der gemeinsamen Zeit auf. Selbst wenn mal keine Leitung da ist. Aber wie ist das zu schaffen? Wir wollen in dieser Fortbildung Möglichkeiten und Methoden zusammentragen, die Gruppen darin bestärken, sich gemeinsam selbst zu organisieren. Wir erfahren, was zu tun und worauf zu achten ist, damit viele in die gemeinsame Verantwortung gehen.

Eine Fortbildung, um aus einer begleiteten Gruppe eine „echte“ Selbsthilfegruppe werden zu lassen.



Donnerstag
Ort

16. November 2017 **18.00 - 21.00 Uhr**
Selbsthilfe-Kontaktstelle Mitte
Perleberger Str. 44 | 10559 Berlin

Leitung

Team des AK Migration und Selbsthilfe Berlin

Kosten

6 €

Anmeldung

kontakt@stadtrand-berlin.de | Tel 030 3946364

16 Humor in der Selbsthilfe

Humor ist eine der wichtigsten Schätze und Ressourcen, die das Leben für uns bereitstellt. Lachen ist älter als die menschliche Sprache und entspringt einem Urinstinkt und dem Sinn für Gemeinsamkeit.

Welche Rolle kann nun aber Humor und Fröhlichkeit in der Selbsthilfe spielen? Wie passen die Auseinandersetzungen mit dem Ernst des Lebens und dem Sinn für Heiterkeit zusammen? Dem wollen wir in dieser Fortbildung nachgehen.

Die Wiederentdeckung von Humor und Lebensfreude auch in schwierigsten Lebenslagen kann der Gruppe und jedem einzelnen Mitglied Flügel verleihen. Wie das in Selbsthilfegruppen gelingt und was sie dafür brauchen, werden wir in dieser Fortbildung erkunden. Dabei wollen wir uns mit folgenden Themen und Fragen beschäftigen:

- Welchen Raum nimmt Witz und Frohsinn in unserer Gruppenarbeit ein und welchen Raum können oder wollen wir ihm geben?
- Wie gehen wir damit um, wenn es in der Gruppe unterschiedliche Vorstellungen darüber gibt, wann Humor angebracht ist?
- Wann und worüber kann man lachen, ohne uns oder Andere zu verletzen oder auszugrenzen?
- Welches Potential können wir mit Humor in der Selbsthilfe wecken und wie stellen wir das am besten an?

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Samstag	22. April 2017	10.00 - 16.00 Uhr
Ort	Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf Eichhorster Weg 32 13435 Berlin	
Leitung	Sabine von Wegerer und Jens Erik Geißler	
Kosten	12 €	
Anmeldung:	Selbsthilfezentrum@unionhilfswerk.de Tel 030 416 48 42	

17 Selbst- und Fremdwertschätzung

Unser Verhalten und wie wir mit anderen in Kontakt treten, hat auf vielfältige Weise damit zu tun, wie wir unser Selbst sehen. Dabei ist vielen von uns klar, dass unsere Selbsteinschätzung sich sehr von der Sicht anderer Menschen unterscheiden kann. Dies einzuschätzen ist nicht immer leicht und auch der achtsame Umgang mit sich und anderen will geübt sein, was im Besonderen für Treffen in Selbsthilfegruppen gilt.

Bei dieser Fortbildung wird es zunächst um unseren Selbstwert gehen, um unser Selbstbewusstsein und unsere Selbstbehauptung. Wer bin ich? Wie bin ich? Was will ich? Dabei haben wir einen Blick auf uns und unsere innere Haltung, wollen Wertungen fallen lassen und uns in Selbstannahme und Selbstanerkennung üben.

Darauf aufbauend wenden wir unseren Blick nach "außen" und wollen Verschiedenstes gemeinsam ansehen und ausprobieren, insbesondere:

- Wie kann ich gut auf mich und mein Gegenüber achten?
- Wie kann ich meine Bedürfnisse verständlich machen?
- Wie kann ich Kontakt und Verständigung auf Augenhöhe leben?
- Was ist mein Handlungsspielraum und wie kann ich diesen erweitern?
- Was wünsche ich mir als respektvolles Miteinander in meiner Gruppe?

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Samstag 29. April 2017 10.00 - 16.00 Uhr
Ort Eigeninitiative Selbsthilfezentrum Treptow-Köpenick
 Genossenschaftsstr. 70 | 12489 Berlin
Leitung Ruth Uzelino, Jens Erik Geißler
Kosten 12 €
Anmeldung eigeninitiative@ajb-berlin.de | Tel 030 - 631 09 85

18 Kraftquellen und innere Balance

Im Leben geht es oft darum, den Fokus auf das zu richten, was uns wieder Mut, Kraft und Energie geben kann. Jeder von uns und auch jede Selbsthilfegruppe schöpft die Energien jedoch aus unterschiedlichen Dingen oder Tätigkeiten. Da lohnt sich ein Blick auf die Vielfalt an Möglichkeiten, die uns zur Verfügung stehen.

In dieser Fortbildung möchten wir die Achtsamkeit für derartige „Kraftquellen“ wecken, und ergünden, wie wir diese für ein ausgewogenes Leben und unsere Gruppen nutzen können.

Besondere Inhalte dieser Fortbildung werden sein:

- Welches Spektrum an Kraftquellen gibt es?
- Wo liegt der Unterschied zu Krafträubern?
- Warum sind diese individuell oft sehr unterschiedlich?
- Wie finden wir unsere Balance, unseren Wohlfühlbereich?
- Wie können wir unsere Ressourcen angemessen nutzen?

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Samstag **6. Mai 2017** **10.00 - 16.00 Uhr**
Ort **Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.**
 „Der Nachbar“-Stadtteiltreff | Cranachstraße 7 | 12157 Berlin
Leitung **Susanne Fischer, Jens Erik Geißler**
Kosten **12 €**
Anmeldung **selbsthilfe@nbhs.de | Tel 030 85 99 5130/33**

19 Drum Circle - Lust auf Trommeln

Trommeln für Gesundheit und Wohlbefinden

Ein Konzept zur Burnout-Prophylaxe aber auch für Menschen in einer Lebenskrise oder Depression. Selbsthilfegruppen leben von Kreativität und neuen Impulsen. Trommeln in der Gruppe etabliert sich und sportwissenschaftliche Fakultäten untersuchen die positiven Auswirkungen des Trommelns. Warum?

Trommeln tut gut, macht Spaß, setzt Kreativität frei und bringt verbrauchte Energien sofort zurück!

An diesem Nachmittag gehen wir folgenden Fragen nach:

- Habe ich überhaupt Rhythmus und kann ich Trommeln?
- Wie spiele ich auf den unterschiedlichen Instrumenten?
- Wie ist das, wenn eine Gruppe vom Chaos zum Rhythmus findet – was macht den Unterschied?
- Was ist ein Beat, ein Groove, ein Rhythmus?
- Wie kann ich einen Drum Circle in meine Selbsthilfegruppe integrieren?

Natürlich trommeln wir an diesem Nachmittag auch selber ganz viel. Instrumente werden ausreichend zur Verfügung gestellt. Die Zahl der möglichen Teilnehmenden ist auf 12 begrenzt. Bitte verbindlich anmelden.

Montag 8. Mai 2017 16.00 - 19.00 Uhr
Ort Kita Teltower Rübchen, Musikraum, UG, Hohenzollernstr. 4-6, 14163 Berlin-Zehlendorf
Leitung Ricarda Raabe - SH Kontaktstelle Charlottenburg-Wilmersdorf
Kosten 6 €
Anmeldung raabe@sekis-berlin.de | Tel 030 890 285 38



20 Umgang mit (zu) großen Gruppen

Selbsthilfegruppen leben von ihren Mitgliedern und deren Zusammenhalt. Was machen wir aber, wenn die Gruppe stetig wächst? Da wird es schwierig jedem gerecht zu werden, jedem genügend Raum zu lassen und oft gehen wertvolle Gedanken oder Meinungen unter. Manchmal geht auch der eine oder die andere Mitstreiterin, was so gar nicht im Sinne der ursprünglichen Gruppe war.

Ist oder wird die Gruppe (zu) groß, gilt es aktiv zu werden, um diesen oder ähnlichen unvermeidlichen Problemen aus dem Wege zu gehen:

- Wollen wir uns schließen oder weiter geöffnet bleiben?
- Wollen wir uns teilen und wenn ja auf welche Weise?
- Wie moderieren wir am besten große oder geteilte Gruppen?

Diese und ähnliche Fragen werden uns an diesem Abend beschäftigen.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.



Mittwoch
Ort

10. Mai 2017

18.00 - 21.00 Uhr

Selbsthilfekontaktstelle Marzahn-Hellersdorf
Alt-Marzahn 59a | 12685 Berlin

Referenten

Jens Erik Geißler, Christian Lange

Kosten

6 €

Anmeldung

selbsthilfe@wuhletal.de | Tel 030 542 51 03

21 Motivation für und durch Gruppenleitung

In vielen Gruppen und kleineren Vereinen übernehmen Einzelne die Verantwortung für die Koordination.

Sie kommen damit nicht selten in eine Leitungsrolle. Sie wollen nicht nur dafür sorgen, dass die Abläufe der Gruppentreffen funktionieren oder gemeinsame Vorhaben gelingen. Sie müssen manchmal auch in die Rolle eines „Vorgesetzten“ schlüpfen, ob sie wollen oder nicht. Die Verantwortlichen sind dann einerseits dafür zuständig, dass die Mitglieder angemessen vertreten und berücksichtigt werden oder sich verstanden fühlen und andererseits aber auch nicht überfordert werden.

Die Rolle der Leitung einer Gruppe verlangt vielseitiges Wissen über Kommunikation. In diesem Workshop wollen wir gemeinsam Situationen anschauen, wie das Miteinander zwischen der Gruppe und Leitung funktioniert, wie man sensibel für Zwischentöne werden kann, die für alle von Bedeutung sind.

Wir werden durch Einzel- und Gruppenarbeit:

- Aktiv die eigenen Erfahrungen darstellen - positiv wie negative
- Eigene Grenzen wahrnehmen und überlegen, wie darauf zu reagieren ist
- Neue Lösungswege erarbeiten.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Samstag **13. Mai 2017** **10.00 - 16.00 Uhr**
Ort: **Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf Mittelhof e.V.**
Königstraße 42-43 | 14163 Berlin
Leitung: **Katharina Kloß und Sabine von Wegerer**
Kosten: **12 €**
Anmeldung: **Tel 030 80 19 75 33 | selbsthilfe@mittelhof.org**

22 Abschied und Trauer in Selbsthilfegruppen

Abschiede sind Bestandteil des Gruppenlebens in der Selbsthilfe – vertraute Mitglieder gehen, Gruppenthemen können sich verändern oder eine Gruppe denkt an ihre Auflösung. Manchmal geht es sogar um den endgültigen Abschied, weil ein Gruppenmitglied gestorben ist. An zwei Abenden werden wir uns mit all diesen Aspekten von Abschieden beschäftigen. Wir empfehlen die Teilnahme an beiden Modulen, es besteht jedoch auch die Möglichkeit, nur an einem Abend teilzunehmen.


Modul 1: Abschied in der Selbsthilfegruppe

Wie gestalten Selbsthilfegruppen Abschiede? Was ist ein „gelungener“ Abschied und was gehört alles dazu? Auf welche Art kann ein nicht gelungener Abschied eine Gruppe in ihrer Entwicklung einschränken?

An diesem Abend werden wir uns intensiv mit dem Thema Abschied in Gruppen beschäftigen und dabei herausarbeiten, was für uns in welcher Situation einen gelungenen Abschied ausmacht. Hierzu lernen wir unterschiedliche Methoden und Rituale kennen, die Abschiedsprozesse in Selbsthilfegruppen sinnvoll begleiten und helfen können, den Abschiedsschmerz zu lindern.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

	Donnerstag	22. Juni 2017	18.00 - 21.00 Uhr
	Ort	Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt	
		Wattstr. 13 13629 Berlin	
	Leitung	Sabine von Wegerer und Götz Liefert	
	Kosten	6 €	
	Anmeldung	shtsiemensstadt@casa-ev.de Tel 030 3817057	

22 Abschied und Trauer in Selbsthilfegruppen

Modul 2: Trauer in der Selbsthilfegruppe

Wenn ein Gruppenmitglied stirbt, entstehen viele Gefühle: Entsetzen, Trauer, Angst vor der eigenen Sterblichkeit, vielleicht sogar Wut oder Dankbarkeit, dass jemand von schwerer Krankheit erlöst wurde.

Aber trauern bedeutet auch zu lernen, sich auf Neues einzulassen, Bewältigungsstrategien und Stärke zu entwickeln.

Was kann eine Gruppe tun, um diesen Trauerprozess gemeinsam zu bewältigen, wieder Sicherheit zu gewinnen und die Lebendigkeit zu erhalten oder wieder zu erlangen.

Inhalte an diesem Abend werden sein:

- Trauerprozesse und Trauerphasen kennen lernen
- Hilfreiche Rituale entwickeln
- Raum für eigene Trauerbewältigung und Raum für Gemeinsames entdecken

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Donnerstag	29. Juni 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt	
	Wattstr. 13 13629 Berlin	
Leitung	Sabine von Wegerer, Götz Liefert	
Kosten:	6 €	
Anmeldung	shtsiemenstadt@casa-ev.de, Tel 030 3817057	

23 Konflikte in der Selbsthilfegruppe

Konflikte können in jeder Gruppe entstehen – bei gelungener Konfliktlösung fühlt sich die Gruppe jedoch nicht nur erleichtert, sondern auch bereichert und kann daran wachsen. Schließlich leben viele Gruppen von der Unterschiedlichkeit ihrer Mitstreiter und diese gilt es zu bewahren.

In dieser Fortbildung werden wir uns damit beschäftigen, was ein Konflikt ist, zu welchen typischen Gruppenkonflikten es kommen kann, wie man Verständnis und Versöhnung erreichen kann und welche konstruktiven Lösungsmöglichkeiten es des Weiteren gibt.

Wir werden uns u. a. mit den Fragen beschäftigen:

- Was tue ich, wenn ich selbst in einen Konflikt involviert bin?
- Wie verhalte ich mich, wenn ich nicht unmittelbar am Konflikt beteiligt bin?
- Was passiert, wenn Konflikte eskalieren?
- Wer oder was kann helfen, einen Konflikt zu begleiten bzw. aufzulösen?

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Samstag	24. Juni 2017	10.00 - 16.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontaktstelle Marzahn-Hellersdorf Alt-Marzahn 59a 12685 Berlin	
Referenten	Petra Glasmeyer und Jens Erik Geißler	
Kosten	12 €	
Anmeldung	selbsthilfe@wuhletal.de Tel 030 542 51 03	

24 Veranstaltungen planen

Manche Leiter oder Aktive möchten für ihre Selbsthilfegruppe oder Organisation eine Veranstaltung planen und Referenten einladen. Was muss dabei in welcher Reihenfolge von der Idee bis zur Durchführung beachtet und organisiert werden?

Viele Fragen ergeben sich dabei, zumal nicht jeder Erfahrung auf diesem Gebiet hat.

In dieser Fortbildung erarbeiten wir uns eine fiktive Veranstaltung und werden uns mit folgenden Aspekten beschäftigen:

- Was brauche ich an Räumen, Equipment, Finanzen und anderen Dingen?
- Welche Reihenfolge muss ich bei der Planung beachten?
- Projekte mit den Krankenkassen, was muss ich hier berücksichtigen?
- Was ist bei der Absprache mit den Referent*innen wichtig?
- Wie schaffe ich eine gute Aufgabenverteilung in der Gruppe?

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten. Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Dienstag	12. September 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord (genaue Adresse bitte erfragen)	
Leitung	Sabine von Wegerer und Jens Erik Geißler	
Kosten	6 €	
Anmeldung	info@selbsthilfe-neukoelln.de Tel 030 681 60 64	

**25 Integration neuer Mitglieder**

Selbsthilfegruppen leben von ihren Mitgliedern und deren Zusammenhalt. Dabei gibt es meist eine gewisse Fluktuation und immer wieder kommen "Neue" dazu.

Das bedeutet viel Potenzial, aber auch Herausforderungen für die bestehende Gruppe.

Einerseits kommt durch neue Mitglieder "frischer Wind" in die Gruppe, andererseits kann es zu Veränderungen, Irritationen oder sonstigen Störungen durch den Zuwachs kommen.

Hier wollen wir ansetzen und uns gemeinsam Gedanken um neue Mitglieder und deren Integration machen:

- In welcher Art und Weise wollen wir neue Mitglieder aufnehmen? Haben wir dafür klar abgesprochene Vorgehensweisen?
- Wie können wir neue Mitglieder willkommen heißen und sie mit unseren Regeln, Abläufen und unserer Kultur vertraut machen?
- Wie viel Raum möchten wir den neuen Mitgliedern zu Beginn und während der ersten Treffen geben?
- Was können wir tun, damit neue Gruppenmitglieder weder sich noch die Gruppe überfordern?

Diese und ähnliche Fragen werden uns an diesem Abend beschäftigen, dabei werden die Besonderheiten verschiedener Selbsthilfegruppen berücksichtigt.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.



Dienstag	19. September 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Dienstag	26. September 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Horizont Selbsthilfe Kontakt- und Beratungsstelle Ahrenshooper Str. 5 13051 Berlin (Hohenschönhausen)	
Leitung	Götz Liefert, Jens Erik Geißler	
Kosten	12 €	
Anmeldung	Info@selbsthilfe-lichtenberg.de Tel 030 962 10 33	

26 Selbsthilfegruppen leiten

Fortbildungsreihe für Leiterinnen und Leiter von Selbsthilfegruppen

Auch in der Selbsthilfe gibt es viele Gruppen, die von einzelnen Mitgliedern geleitet werden. Was bedeutet es, eine Selbsthilfegruppe zu leiten?

Diese Fortbildungsreihe besteht aus drei Bausteinen und wendet sich an Mitglieder von Selbsthilfegruppen, die sich als ausgewiesene oder „heimliche“ Leiterinnen bzw. Leiter ihrer Gruppe verstehen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten Anregungen, wie sie ihre Leitungsfunktion so wahrnehmen können, dass die Selbsthilfekräfte aller Beteiligten gestärkt und weiterentwickelt werden können. Wir arbeiten dazu mit unterschiedlichen Methoden wie Rollenspielen, Moderationstechniken, Phantasiereisen u.v.m.

Die aus vier Bausteinen bestehende Veranstaltungsreihe kann nur gesamt gebucht werden und kostet 24,00 €.

Baustein 1: Meine Rolle als Gruppenleitung

Gruppenleitung in einer Selbsthilfegruppe zu sein, ist eine verantwortungsvolle Aufgabe und kann eine besondere Herausforderung darstellen. Wir werden uns in diesem Baustein mit folgenden Fragen beschäftigen:

- Was bedeutet Leitung in der Selbsthilfegruppe?
- Welche Aufgaben sind damit verbunden?
- Was ist in meiner Verantwortung, was ist Sache des einzelnen Gruppenmitgliedes bzw. der Gruppe?



Donnerstag
Ort

5. Oktober 2017 **18.00 - 21.00 Uhr**
Selbsthilfekontaktstelle Synapse-Lichtenberg
Schulze-Boysen-Str. 38, 10365 Berlin

Leitung

Petra Glasmeyer und Götz Liefert

Kosten

24 € für alle 4 Bausteine)

Anmeldung

Tel 030 80 19 75 14 | selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de

26 Selbsthilfegruppen leiten

Fortbildungsreihe für Leiterinnen und Leiter von Selbsthilfegruppen

Auch in der Selbsthilfe gibt es viele Gruppen, die von einzelnen Mitgliedern geleitet werden. Was bedeutet es, eine Selbsthilfegruppe zu leiten?

Diese Fortbildungsreihe besteht aus drei Bausteinen und wendet sich an Mitglieder von Selbsthilfegruppen, die sich als ausgewiesene oder „heimliche“ Leiterinnen bzw. Leiter ihrer Gruppe verstehen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten Anregungen, wie sie ihre Leitungsfunktion so wahrnehmen können, dass die Selbsthilfkräfte aller Beteiligten gestärkt und weiterentwickelt werden können. Wir arbeiten dazu mit unterschiedlichen Methoden wie Rollenspielen, Moderationstechniken, Phantasiereisen u.v.m.

Die aus vier Bausteinen bestehende Veranstaltungsreihe kann nur gesamt gebucht werden und kostet 24,00 €.

Baustein 2: Mein Handwerkszeug in der Gruppenleitung

Welche Instrumente sind für meine Arbeit als Gruppenleitung hilfreich? In diesem Baustein wollen wir uns mit Moderationstechniken, Gruppenregeln, Sitzungsabläufen und Konzepten beschäftigen, die sinnvoll sind, um die Arbeit in der Selbsthilfegruppe produktiver zu gestalten.

Folgende Themen und Fragen stehen dabei im Mittelpunkt:

Sitzungsabläufe in der Gruppe - welche Konzepte haben sich hier bewährt?

- Wo liegt der Unterschied zwischen Moderation und Leitung?
- Moderation der Sitzung - wer ist dafür zuständig und welche Techniken sind hilfreich?
- Regeln für die Gruppenarbeit - wann sind sie nützlich, wann sind sie eher störend?

Donnerstag

19. Oktober 2017

18.00 - 21.00 Uhr

Ort

Selbsthilfekontaktstelle Synapse-Lichtenberg

Schulze-Boysen-Str. 38, 10365 Berlin

Leitung

Petra Glasmeyer und Götz Liefert

Kosten

24 € für alle 4 Bausteine

Anmeldung

Tel 030 80 19 75 14 | selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de

26 Selbsthilfegruppen leiten

Fortbildungsreihe für Leiterinnen und Leiter von Selbsthilfegruppen

Auch in der Selbsthilfe gibt es viele Gruppen, die von einzelnen Mitgliedern geleitet werden. Was bedeutet es, eine Selbsthilfegruppe zu leiten?

Diese Fortbildungsreihe besteht aus drei Bausteinen und wendet sich an Mitglieder von Selbsthilfegruppen, die sich als ausgewiesene oder „heimliche“ Leiterinnen bzw. Leiter ihrer Gruppe verstehen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten Anregungen, wie sie ihre Leitungsfunktion so wahrnehmen können, dass die Selbsthilfekräfte aller Beteiligten gestärkt und weiterentwickelt werden können. Wir arbeiten dazu mit unterschiedlichen Methoden wie Rollenspielen, Moderationstechniken, Phantasiereisen u.v.m.

Die aus vier Bausteinen bestehende Veranstaltungsreihe kann nur gesamt gebucht werden und kostet 24,00 €.

Baustein 3: Konflikte in der Gruppe

Konflikte können in jeder Gruppe entstehen – bei gelungener Konfliktlösung fühlt sich die Gruppe nicht nur erleichtert, sondern auch bereichert und kann daran wachsen.

In diesem Baustein werden wir uns damit beschäftigen, was überhaupt ein Konflikt ist, zu welchen typischen Gruppenkonflikten es kommen kann und welche konstruktiven Lösungsmöglichkeiten es gibt. Wir werden insbesondere die Rolle der Gruppenleitung in Konflikten beleuchten. Besondere Fragen dabei sind:

- Welche Rolle habe ich als Gruppenleitung in Konflikten?
- Was tue ich, wenn ich selbst in den Konflikt involviert bin?
- Was passiert, wenn Konflikte eskalieren
- Wer kann helfen, gibt es so etwas wie Erste-Hilfe-Maßnahmen?

Donnerstag	9. November 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontaktstelle Synapse-Lichtenberg Schulze-Boysen-Str. 38 10365 Berlin	
Leitung	Petra Glasmeyer und Götz Liefert	
Kosten	24 € für alle 4 Bausteine)	
Anmeldung	Tel 030 80 19 75 14 selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de	

26 Selbsthilfegruppen leiten

Fortbildungsreihe für Leiterinnen und Leiter von Selbsthilfegruppen

Auch in der Selbsthilfe gibt es viele Gruppen, die von einzelnen Mitgliedern geleitet werden. Was bedeutet es, eine Selbsthilfegruppe zu leiten?

Diese Fortbildungsreihe besteht aus drei Bausteinen und wendet sich an Mitglieder von Selbsthilfegruppen, die sich als ausgewiesene oder „heimliche“ Leiterinnen bzw. Leiter ihrer Gruppe verstehen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten Anregungen, wie sie ihre Leitungsfunktion so wahrnehmen können, dass die Selbsthilfekräfte aller Beteiligten gestärkt und weiterentwickelt werden können. Wir arbeiten dazu mit unterschiedlichen Methoden wie Rollenspielen, Moderationstechniken, Phantasiereisen u.v.m.

Die aus vier Bausteinen bestehende Veranstaltungsreihe kann nur gesamt gebucht werden und kostet 24,00 €.

Baustein 4: Spagat zwischen Leitung und eigener Betroffenheit

Wie gehe ich damit um, einerseits Betroffener mit eigenen Themen und eigenen Bedürfnissen an die Gruppe zu sein und andererseits das Gruppengeschehen zu gestalten bzw. Überblick zu behalten?

Anhand der unterschiedlichen Erfahrungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden wir in diesem Baustein die Spielräume ausloten, die bestehen, um beiden Aspekten gerecht zu werden.

Besondere Fragen sind dabei:

- Wie erkenne ich meine inneren Konflikte zwischen Leitung und eigener Betroffenheit?
- Was kann ich tun, damit weder ich noch die Gruppe Schaden nehmen, wenn es mir einmal nicht so gut geht?

Donnerstag	23. November 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfekontaktstelle Synapse-Lichtenberg Schulze-Boysen-Str. 38 10365 Berlin	
Leitung	Petra Glasmeyer und Götz Liefert	
Kosten	24 € für alle 4 Bausteine	
Anmeldung	Tel 030 80 19 75 14 selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de	

27 Förderung der Selbsthilfe durch Krankenkassen

Regelungen der Förderung nach § 20h SGB V

Der Gesetzgeber gibt den gesetzlichen Krankenkassen vor, **Selbsthilfe im Gesundheitsbereich** zu fördern. Krankenkassen und Krankenkassenverbände sind verpflichtet, Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfe-Kontaktstellen zu fördern.

Gefördert werden sie, wenn sie sich die **gesundheitliche Prävention oder Rehabilitation von Versicherten** zum Ziel gesetzt haben und sich zu einem Thema treffen, das im **Verzeichnis der anerkannten Krankheiten** für die Selbsthilfeförderung aufgeführt ist.

Selbsthilfe-Kontaktstellen müssen für eine Förderung ihrer gesundheitsbezogenen Arbeit themenbereichs- und indikationsgruppenübergreifend tätig sein.

Neben den beiden Förderbereichen „Kassenübergreifende Gemeinschaftsförderung“ und „Kassenindividuelle Projektförderung“ gibt es noch die verschiedenen Förderebenen.

Wir wollen uns einen Überblick verschaffen über die gesetzlichen Grundlagen, die Leitsätze der Krankenkassen, über die Antragsfristen, die Antragsunterlagen, die Förderformen und die Nachweisführung.

Montag

Ort

Leitung

Kosten

Anmeldung

9. Oktober 2017

SEKIS | Bismarckstr.101 | 10625 Berlin

Detlef Fronhöfer - AOK Nordost

keine

Mail sekis@sekis-berlin.de | Tel 030 890 285 33

15.00 - 18.00 Uhr

28 Junge Selbsthilfe in gewachsenen Strukturen

Berlin ist eine „junge Stadt“. Im Vergleich zum Bundesdurchschnitt senken Studenten und junge Menschen aus aller Welt den Altersschnitt deutlich. Auch in der Selbsthilfebewegung zeigt sich dies. Junge Gruppen bestehen zu über 60 Themen und in allen Bezirken der Stadt. Zeitgleich kämpfen viele Gruppen und Organisationen mit Themen wie Überalterung und Generationenwechsel. Gruppenleiter, Vorstände und Aktive vermissen junge Menschen, die sich aktiv in die Arbeit mit einbringen und die Arbeit zum jeweiligen Thema auch für die nächste Generation weiterführen.

Warum fällt es so schwer, junge Menschen in der Gruppe / Organisation einzubinden?

Was macht uns attraktiv für junge Betroffene?

Wie können wir daran arbeiten, junge Menschen nicht nur auf unsere Arbeit aufmerksam zu machen, sondern es dann auch zu „ihrer“ Selbsthilfe werden zu lassen?

Die Fortbildung richtet sich an Gruppen und Organisationen, die aktiv an der Ergänzung ihrer Altersstruktur arbeiten möchten. Sie richtet sich auch an junge Menschen, die sich gerne innerhalb einer bereits bestehenden Selbsthilfearbeit für ihre Altersgruppe engagieren möchten.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten. Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Donnerstag	12. Oktober 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	Selbsthilfe- Kontaktstelle Mitte StadtRand gGmbH Perleberger Str. 44, 10559 Berlin	
Leitung	Franziska Anna Leers, Birgit Sowade, Mitglieder des Projektteams Junge Selbsthilfe Berlin	
Kosten	6 €	
Anmeldung	kontakt@stadtrand-berlin.de Tel 030 394 63 64	

29 Grenzen setzen

Mitglieder aus Selbsthilfegruppen, die sich besonders aktiv für die Belange ihrer Gruppe einsetzen, stehen häufig in der Gefahr, zu viel Verantwortung zu übernehmen und damit über ihre eigenen Grenzen zu gehen.

In diesem Seminar werden wir uns deshalb umfassend mit dem Thema angemessener Grenzsetzungen beschäftigen. Folgende Themen und Fragen werden uns dabei besonders beschäftigen:

- Grenzen erkennen:
Woran erkenne ich, dass ich an meiner Grenze bin? Was tue ich, wenn meine Grenzen überschritten werden?
- Grenzen zeigen:
Wie teile ich anderen mit, dass meine Grenzen überschritten worden sind?
- Grenzüberschreitungen vermeiden
und Verantwortung abgeben: Wie kann ich zukünftig dafür sorgen, dass meine Grenzen gewahrt bleiben? Was an Verantwortung möchte ich abgeben? Für welche Aufgaben möchte ich andere Mitglieder gewinnen?

Das Seminar setzt an den konkreten Erfahrungen und Fallbeispielen der TeilnehmerInnen an. Mit Hilfe kreativer Übungen und Rollenspielen werden wir auf sehr anschauliche Weise Zugang zum Thema finden und individuell angemessene Lösungen für passende Grenzsetzungen finden.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Freitag	13. Oktober 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Samstag	14. Oktober 2017	11.00 - 17.00 Uhr
Ort	Eigeninitiative Selbsthilfzentrum Treptow-Köpenick, Genossenschaftsstr. 70, 12489 Berlin	
Leitung	Ruth Uzelino und Götz Liefert	
Kosten	18 €	
Anmeldung	eigeninitiative@ajb-berlin.de Tel 030 6310985	



30 Ein starkes Netz Potenziale von Netzwerken erkennen und nutzen

Die gute Zusammenarbeit wird von nahezu allen Akteuren als wichtige Bedingung für eine erfolgreiche Vernetzung genannt. Die gemeinsame Arbeit an Projekten schafft eine Vertrauensbasis, die zur Bildung von Netzwerken genutzt werden kann. Eine wichtige Voraussetzung ist es voneinander zu wissen, bestehende Netzwerke sowie Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Selbsthilfeorganisationen zu kennen. Netzwerke schaffen Synergien, fördern das Lernen voneinander und erweitern die Möglichkeiten der Selbsthilfearbeit. Anhand von Beispielen wollen wir das „Netzwerken“ ergründen. Eine gelungene Zusammenarbeit bringt einen Gewinn für alle Beteiligten und unterstützt Netzwerke, die tragen.



Dienstag	24. Oktober 2017	15.00 - 18.00 Uhr
Leitung	Ines Krahn und Wolfgang Hardt	
Ort	SEKIS - Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle Bismarckstr. 101 10625 Berlin	
Kosten	6 €	
Anmeldung oder per Mail	Tel 030 890 285 38 krahn@sekis-berlin.de	

31 Autonomie der Selbsthilfe

Wahrung von Selbstbestimmung und Vermeidung von Interessenskonflikten

Die Gemeinschaftliche Selbsthilfe in Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen ebenso wie die professionelle Selbsthilfeunterstützung in Selbsthilfe-Kontaktstellen haben in den letzten Jahren große Anerkennung für ihre Arbeit erfahren. Die damit einhergehende Zunahme an Aufgaben und ihre stärkere Einbindung in Gremien der gesundheitlichen oder sozialen Versorgung stellt die Selbsthilfe aber auch vor große Herausforderungen an ihre Organisation und Ausstattung.

Um die vielfältigen Aufgaben realisieren zu können, sind finanzielle Mittel erforderlich, die nicht immer ausreichend verfügbar sind. Neben Mitgliedsbeiträgen und Fördermitteln von der öffentlichen Hand und von den Krankenkassen werden zum Teil auch Spenden und Sponsoringmittel eingeworben.

Die Förderung der Selbsthilfe durch Wirtschaftsunternehmen – insbesondere von Arzneimittel- und Medizinprodukte-Unternehmen sowie Hilfsmittelherstellern – werden im Feld der Selbsthilfe und auch darüber hinaus öffentlich diskutiert. Liegt eine große Nähe zwischen dem Krankheitsbild einer Selbsthilfegruppe oder -organisation und den Produkten eines fördernden Unternehmens vor, wird die Gefahr einer unerwünschten Einflussnahme durch das fördernde Unternehmen auf die Meinungsbildung und auf die Informationsmedien der Selbsthilfe gesehen: Es können Interessenskonflikte entstehen. Die Selbsthilfe ist deshalb gefordert, die Annahme solcher Gelder sorgfältig zu prüfen, transparent zu behandeln und eventuell auch abzulehnen.

Montag	30. Oktober 2017	15.00 – 18.00 Uhr
Ort	SEKIS Bismarckstr.101 10625 Berlin	
Leitung	Ursula Helms	
	Stellv. Sprecherin der Patientenvertretung im G-Ba	
Kosten	keine	
Anmeldung	wassink@sekis-berlin.de Tel 030 890 28537	

32 Achtsamkeit und Aufmerksamkeit

In Selbsthilfegruppen gehen Menschen ganz persönliche Beziehungen ein, wenn sie ihre Probleme und Sorgen offenlegen. Das Miteinander erfordert daher eine besondere Sensibilität von allen Beteiligten, wenn man eine stabile Gruppe aufbauen und erhalten will. Diese Sensibilität muss sich sowohl auf die Einzelnen als auch auf die Gruppe als Ganzes richten.

Deshalb wollen wir unser Augenmerk zum einen auf uns als Aktive der Gruppe legen:
Wie geht es uns in der Gruppe, wie fühlen wir uns und was brauchen wir?

Andererseits aber auch auf die Selbsthilfegruppe an sich:

Was geschieht hier, wo will die Gruppe hin und wie geht es den anderen?

Daher wollen wir in diesem Workshop unsere Sinne sensibilisieren und versuchen, unsere Wahrnehmung zu verbessern.

Besondere Inhalte und Fragestellungen können sein:

- Wie (und warum) nehmen wir etwas wahr?
- Wie werde ich ein guter bzw. besserer Beobachter?
- Wie schaffe ich eine gute Balance aus eigenen- und Gruppeninteressen?

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten. Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Samstag
Ort

11. November 2017 **10.00 - 16.00 Uhr**
Selbsthilfezentrum Eigeninitiative Treptow-Köpenick
Genossenschaftsstraße 70 (Ecke Dörpfeldstraße 42,
am Markt) | 12489 Berlin - Köpenick-Adlershof

Leitung

Ruth Uzelino, Sabine von Wegerer

Kosten

12 €

Anmeldung

Tel 030 631 09 85 | eigeninitiative@ajb-berlin.de

33 Methoden thematischen Arbeitens

Viele Gespräche laufen von alleine. Die gemeinsamen Erfahrungen im Umgang mit der Erkrankung bringen genügend Anstöße für den Austausch. Häufig genießen Gruppen die Zeit, um wirklich aufmerksam Raum für die Lebenssituation einzelner Teilnehmer zu haben. Daneben bringt die Arbeit an vorher abgestimmten Themen alle weiter. Auch hier sind die persönlichen Erfahrungen der Gruppenmitglieder das tragende Element. Statt einzelner Lebenssituationen stehen aber die Herausforderungen im Vordergrund, die den meisten Teilnehmer*innen gemeinsam sind.

- Wie finden wir gemeinsame Themen?
- Was hilft uns beim Einstieg in das Thema?
- Wie strukturieren wir unser Gespräch ohne zu sehr abzuschweifen?
- Welche Methode stützt den einzelnen, was das Gruppengespräch?

Der Workshop stellt Methoden thematischen Arbeitens vor und hilft zu verstehen, worin sie sich unterscheiden und wann sie anwendbar sind. Dabei spielen kreative Methoden ebenso eine Rolle wie Methoden der Strukturierung und Visualisierung. Methodisch arbeitet der Workshop mit einem Wechsel aus kurzen Vortragselementen, Gruppengespräch und dem praktischen Ausprobieren einzelner Elemente. Am Ende der Fortbildung geht jede/r Teilnehmer*in mit einem Fundus methodischer Ideen zur Themenarbeit nach Hause.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten.

Sie hat interaktiven Charakter, das Erfahrungswissen der Teilnehmenden wird eingebunden.

Montag	20. November 2017	18.00 - 21.00 Uhr
Ort	KIS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow Schönholzer Str. 10 13187 Berlin	
Leitung	Katarina Schneider und Birgit Sowade	
Kosten	6 €	
Anmeldung	kis@hvd-bb.de Tel 030 499 870 910	

34 Aktives Selbstmanagement

Lebensveränderungen und chronische Erkrankung erfordern oft neue Formen des aktiven Selbstmanagements. Das bedeutet, seine persönlichen Wege und Strategien zu kennen, sein Leben nach eigenen Wünschen und Vorstellungen zu gestalten und gleichzeitig Herausforderungen z.B. einer Krankheit zu begegnen. Das Leben mit Erkrankungen oder Beeinträchtigungen erfordert häufig Veränderungen im Alltag für Betroffene und Angehörige, damit die Lebensqualität verbessert und eigenständige Wege gefunden werden können.

Wie es mit Hilfe gezielter Methoden (Werkzeuge) des Selbstmanagements gelingen kann, die notwendigen Entscheidungen zu treffen und diese Schritt für Schritt in die Tat umzusetzen, möchten wir vorstellen und üben. Im Mittelpunkt soll die Erstellung, erfolgreiche Anwendung und Umsetzung eines eigenen Handlungsplanes stehen.

Eingeladen sind alle, die ihre Lebensqualität verbessern möchten sowie Mut und Freude am Ausprobieren von neuem haben.

Dienstag	21. November 2017	10.30 - 14.30 Uhr
Leitung	Ines Krahn	
Ort	Selbsthilfekontaktstelle für Charlottenburg-Wilmersdorf Bismarckstraße 101 10625 Berlin	
Kosten	6 €	
Anmeldung	krahn@sekis-berlin 	Tel 030 890285 38



35 Wie funktioniert das deutsche Gesundheitswesen?

Selbsthilfeorganisationen sind gefragte Partner wenn es um die Weiterentwicklung der gesundheitlichen Versorgung geht. Sie sollen die Sicht der Betroffenen, der Nutzerinnen und Nutzer von gesundheitlichen Leistungen und derjenigen einbringen, die Hilfe benötigen. Selbsthilfeorganisationen fordern diese Partizipation auch zunehmend ein. Sie werden vom Gesetzgeber in dieser Rolle auch zunehmend eingebunden.

Um aber aktiv mitarbeiten, mit beraten und entscheiden zu können, brauchen die Aktiven aus den Selbsthilfegruppen einen Einblick in die Art und Weise, wie die Entscheidungen zustande kommen, wer was regelt und wo ggf. die eigenen Anliegen einbracht werden können:

- Was bedeute Selbstverwaltung im Gesundheitswesen?
- Welche Rolle haben Berufs- und Standesverbände
z.B. Kassenärztliche Vereinigungen oder Ärztekammern?
- Wer entscheidet über die Arztsitze in einem Land?
- Wie funktioniert das Zusammenspiel von Krankenkassen und Leistungsanbietern?

Mit Selbsthilfeorganisationen, Patientenvertreter/innen aus Verbänden und Mitarbeiter/innen aus gesundheitspolitischen Organisationen wollen wir Fragen aufgreifen, die Aktive in Selbsthilfe für ihre Arbeit brauchen.



Donnerstag

30. November 2017

15.00 - 18.00 Uhr

Ort:

SEKIS | Bismarckstr.101 | 10625 Berlin

Leitung:

**Katrin Ulmer - Büroleitung Patientenbeauftragte für Berlin
gemeinsam mit dem PatientenForum Berlin**

Kosten:

keine

Anmeldung

Mail sekis@sekis-berlin.de | Tel 030 890 28 537



Selbsthilfe, Engagement und Pflege Pflegeunterstützung und Pflegeengagement

Schwerpunkte der Selbsthilfe lagen über viele Jahre in den Bereichen Sucht und gesundheitliche Selbsthilfe. Die Folgen des Generationenwandels führen nun dazu, dass sich soziale Dienste, Nachbarschaftsinitiativen und eben auch die Selbsthilfe – wie die gesamte Gesellschaft – der Tatsache stellen müssen, dass die älter werdenden Menschen ein weiteres gewichtiges Handlungsfeld eröffnen, das bisher so nicht im Blick der Akteure war: die zunehmende Pflegebedürftigkeit und die zunehmenden Anforderungen und „Pflichten“ für Pflegendende.

Laien und Fachleute wissen gleichermaßen, dass die Herausforderungen, die aus einem zunehmenden Pflegebedarf entstehen, nicht allein durch professionelle Dienste getragen werden können. Auch auf die klassischen Leistungen der Familie kann nicht mehr so umstandslos zurückgegriffen werden.

Propagiert wird daher zunehmend eindringlicher die Notwendigkeit der Stärkung informeller sozialer Hilfenetze.

Das Land Berlin hat gemeinsam mit den Pflegekassen die auch auf Bundesebene vom Gesetzgeber vorgezeichnete Weiterentwicklung in der Pflegeversicherung aufgegriffen und ein Netz an pflegeunterstützenden Angeboten aufgebaut.

Mit den Kontaktstellen PflegeEngagement für die Förderung von Selbsthilfe und bürgerschaftlichem Engagement rund um die Pflege sowie einer Vielzahl von Betreuungsangeboten, die möglichst alltagsnahe Entlastungsangebote machen, soll der Bereich der Pflegeunterstützung in Berlin entfaltet werden.

Im Mittelpunkt stehen Angebote, die vor allem auf das Engagement von Freiwilligen setzen und die die Möglichkeiten der Selbsthilfe und der Selbstorganisation stärken sollen. Hier sind ganz neue Formen der Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Bereichen gefordert.

Für all diejenigen, die sich für diesen Bereich interessieren, sei als Hilfesuchende oder als Ehrenamtliche, wollen wir gemeinsam mit den Beteiligten und ihren Partnern informieren und diskutieren. Sie sind herzlich dazu eingeladen.

36 Angebote zur Unterstützung im Pflege-Alltag

Neue Unterstützungsmöglichkeiten für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen

Informationsveranstaltung zu Umsetzung und Auswirkung der Pflegestärkungsgesetze, Schwerpunkt § 45 SGB XI

Mit dem 01.01.2017 werden die bisherigen und neue niedrigschwellige Betreuungs- und Entlastungsangebote unter dem Begriff „Angebote zur Unterstützung im Alltag“ (AUA) nach §45 SGB XI. zusammengefasst. Die Berliner Pflege-Unterstützungs-Verordnung PUV regelt, welche Angebote anerkannt werden können und welchen Qualitäts-Mindestanforderungen diese zukünftig unterliegen. Die Entlastungsleistungen sollen den Verbraucher/innen größere Wahlmöglichkeiten und einen auf ihre Situation angepassten Pflegemix ermöglichen. Neben der Vorstellung der gesetzlichen Neuerungen und der aktuellen Angebote in Berlin sollen mit Fachkräften und Interessierten Möglichkeiten und Grenzen der flankierenden Unterstützungsangebote im Pflegealltag diskutiert werden.

Donnerstag	2. März 2017	9.30 - 12.00 Uhr
Ort	SEKIS, Bismarckstr. 101 10625 Berlin	
Leitung	Stefanie Emmert-Olschar	
Kosten	kostenfrei	
Anmeldung	kompetenzzentrum@sekis-berlin.de	
	Tel 030 890 285 32	

37 Rechtliche Betreuung in Wohngemeinschaften für Menschen mit Pflegebedarf

Informationsveranstaltung zu aktuellen Fragen

In Berlin steht ein erheblicher Teil der in Wohngemeinschaften lebenden Pflegebedürftigen unter rechtlicher Betreuung. Die damit verbundenen Aufgaben für rechtliche Betreuer und Betreuerinnen sind durchaus anders als in der häuslichen Umgebung oder in der stationären Versorgung. Das Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung bietet seit 2014 zu aktuellen Themen rund um Pflege-Wohngemeinschaften in Zusammenarbeit mit dem SWA e.V. (Verein Selbstbestimmtes Wohnen im Alter) eine Informationsveranstaltung an. Aktuelle Themen wie die Finanzierung und Kosten, die Aufgaben von Betreuern sowie Angehörigen in WGen, Fragen rund um die Tagesgestaltung etc. werden in den Blick genommen. Darüber hinaus bietet die Veranstaltung die Möglichkeit, Erfahrungen auszutauschen. Die Veranstaltung richtet sich ausschließlich an rechtliche Betreuer und Betreuerinnen.

Montag	13. März 2017	9.00 - 12.00 Uhr
Ort	SEKIS, Bismarckstr. 101, 10625 Berlin	
Leitung	Astrid Grunewald-Feskorn (Juristin), Karin Rückemann (Leiterin des PSP Neukölln, Mitglied im SWA e.V.)	
Kosten	kostenfrei	
Anmeldung	kompetenzzentrum@sekis-berlin.de Tel 030 890 285 32	

38 Forum Transparenz und Vernetzung in der Pflegeunterstützung

Die Berliner Angebote zur Pflegeunterstützung sind vielfältig und dem Wandel der Zeit unterworfen. Zu den Angeboten der Kontaktstellen PflegeEngagement und den niedrigschwelligen Betreuungs- und Entlastungsangeboten kommen neue Unterstützungsmöglichkeiten hinzu. Auch die gesetzlichen Rahmenbedingungen ändern sich mit den Pflegestärkungsgesetzen.

Im Rahmen der Veranstaltung werden einerseits die veränderten Rahmenbedingungen sowie die aktuellen Angebote für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen thematisiert. Darauf aufbauend soll der Frage der Vernetzung nachgegangen werden: Wie können Kooperationen unter den aktuellen Rahmenbedingungen gut gelingen und ausgebaut werden? Wie können Multiplikatoren (wie z.B. Hausärzte) gewonnen und eingebunden werden?

Die Veranstaltung richtet sich an Fachkräfte aus dem Bereich Pflegeunterstützung. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Donnerstag	27. April 2017	09.30 – 15.00 Uhr
Ort	SEKIS, Bismarckstr. 101, 10625 Berlin	
Leitung	Stefanie Emmert-Olschar	
Kosten	kostenfrei	
Anmeldung	kompetenzzentrum@sekis-berlin.de	
	Tel 030 890 285 32	

39 Nachbarschaftliche Hilfenetze als Ausdruck lebendiger Nachbarschaften Schaffung von Begegnungs- und Kommunikationsräumen

Zu lebendigen Nachbarschaften gehören nachbarschaftliche Hilfenetze selbstverständlich dazu, wie auch Kontakt und Begegnung, Vernetzung und bürgerschaftliches Engagement. Gerade ältere und pflegebedürftige Menschen haben aufgrund eingeschränkter Mobilität einen verkleinerten Aktionsradius. Umso wichtiger ist es, im Wohnumfeld Begegnungsmöglichkeiten zu schaffen. Diese stellen eine wichtige Voraussetzung dar, um nachbarschaftliche Hilfenetze aufzubauen. Denn um Unterstützung anzunehmen, muss oftmals zunächst Vertrauen aufgebaut werden.

Der Workshop setzt bei der Initiierung nachbarschaftlicher Begegnung und Gemeinschaft an, aus der nachbarschaftliche Hilfenetze angestoßen und entwickelt werden können. Wachsende nachbarschaftliche Beziehungen sind die Grundlage für das Entstehen selbstorganisierter, wohnortnaher Hilfenetze, um den Verbleib in der eigenen Häuslichkeit und im Quartier zu fördern und somit die Chancen auf Selbstbestimmung und Teilhabe zu erhöhen.

Folgende Aspekte werden im Rahmen des Workshops thematisiert:

- Schaffung von Begegnungs- und Kommunikationsräumen zur Entwicklung lebendiger Nachbarschaft
- Zugänge zu Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen
- Diskussion weiterer Ansätze nachbarschaftlicher Hilfe, z.B. onlinebasierte Begegnungsräume
- Initiierung nachbarschaftlichen Hilfenetze durch Professionelle
- Förderung der Selbstorganisation nachbarschaftlicher Hilfenetze

Die Veranstaltung richtet sich an Fachkräfte aus dem Bereich Pflegeunterstützung.

Mittwoch **24. Mai 2017** **09.30 - 15.30 Uhr**
Ort: **SEKIS, Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin**
Leitung: **Markus Runge**
Kosten: **kostenfrei**
Anmeldung **kompetenzzentrum@sekis-berlin.de**
Tel **030 890 285 32**

40 Ehrenamtliche führen

Diese Fortbildung richtet sich an Koordinatorinnen und Koordinatoren, die die Betreuung Pflegebedürftiger oder Angehöriger mit Ehrenamtlichen steuern und lenken.

Diese verantwortungsvolle Aufgabe verlangt sehr viel Führungsgeschick, weil herkömmliche Instrumente wie in regulären Anstellungsverhältnissen nur zum Teil anwendbar sind. Ehrenamtliche leisten ihren Dienst freiwillig und trennen sich leichter und schneller von unbefriedigenden Aufgaben als Mitarbeiter im vergüteten Angestelltenverhältnis.

Koordinatorinnen und Koordinatoren stehen manchmal vor der schwierigen Aufgabe unerwünschtes Verhalten kritisieren zu müssen. Auch andere Führungsaufgaben wie „Anforderungen stellen“ oder „Absagen erteilen“ gehören zur Arbeit mit Freiwilligen. Wie dies gelingt, so dass alle Seiten profitieren, soll diese Fortbildung zeigen.

Inhalte:

- Rolle als Koordinator im Ehrenamt
- Verhalten steuern und lenken
- Anforderungen stellen
- „Nein“ sagen ohne schlechtes Gewissen
- Absagen erteilen
- Konstruktiv kritisieren
- Erprobung im Rollenspiel

Montag,
Ort:
Leitung:

11. September 2017

9.00 - 16.00 Uhr

SEKIS | Bismarckstr. 101, 10625 Berlin

Hanne Theurich

Dipl. Sozialpädagogin, Sozialtherapeutin, Supervisorin

Kosten:

kostenfrei

Anmeldung

kompetenzzentrum@sekis-berlin.de | Tel 030 890 285 32

41 Schulungsangebote für Ehrenamtliche im Pflegeengagement

Ein Angebot der Berliner Kontaktstellen PflegeEngagement im Bereich pflegeflankierendes Ehrenamt und Selbsthilfe

In 2017 werden zwei Schulungsreihen für ehrenamtlich Engagierte durchgeführt, die im Umfeld häuslicher Pflege alltagsnahe Unterstützung leisten möchten. Die Schulung vermittelt Grundlagen zur Unterstützung familiärer Pflegearrangements und Nachbarschaftshilfen.

Es gibt viele Fragen, die am besten im Vorfeld eines Engagements geklärt werden, um den Ehrenamtlichen Sicherheit und notwendiges Wissen mit auf den Weg zu geben. Neben dem Erwerb oder der Auffrischung von erforderlichen Kenntnissen für ein Engagement werden das Teamgefühl, die Identifikation mit den Zielen der Kontaktstellen und der Austausch untereinander gefördert.

Die Schulungen mit einem Umfang von jeweils 32 Stunden (à 60 Minuten) finden an zehn Nachmittagen der Woche in einem Frühjahrs- und einem Herbstkurs statt.

Die Schulungsreihen werden von den Kontaktstellen PflegeEngagement gemeinsam mit dem Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung in Berlin konzipiert und durchgeführt.

Im Rahmen des Qualitätsmanagements erfolgt regelmäßig eine Evaluation und Weiterentwicklung.

Die Schulungen sind ein kostenfreies Angebot für ehrenamtlich engagierte Menschen der Kontaktstellen PflegeEngagement in Berlin.

42 Ehrenamtsschulung für das PflegeEngagement

Modul 1:

Kennenlernen der Teilnehmer_innen, Vorstellung der Kontaktstellen PflegeEngagement und Einsatzmöglichkeiten für Ehrenamtliche, Rahmenbedingungen

Es findet eine kurze Einführung in das Aufgabengebiet der Kontaktstellen statt, und die Mitarbeiter_innen stellen sich vor. Die unterschiedlichen Einsatzmöglichkeiten

- Alltagsbegleitung von Pflegebedürftigen aller Altersgruppen,
- Angehörigenbegleitung,
- Unterstützung und Begleitung von Selbsthilfegruppen

insbesondere von pflegenden Angehörigen - werden erläutert.

Zu Beginn der Schulungsreihe lernen die Teilnehmer_innen sich untereinander kennen und bekommen die Möglichkeit, ihre Erfahrungen und Erwartungen an ihr Engagement auszutauschen. Zudem werden die Rahmenbedingungen des ehrenamtlichen Engagements erklärt.

[2,5 Stunden-Einheit]

Modul 2:

Rolle im Ehrenamt, Nähe und Distanz

Was bedeutet demographischer Wandel heute und zukünftig? Welche Rolle können ehrenamtlich engagierte Menschen im Bereich der Pflegeunterstützung einnehmen?

Unser Ziel ist es, dass Sie sich in die Situation Pflegebedürftiger und pflegender Angehöriger einfühlen können und wissen, an welchen Stellen Sie agieren können. Sie entwickeln ein Gespür für Grenzsituationen und lernen die Schnittpunkte bzw. Zuständigkeit von professioneller Pflege kennen, so dass Sie frühzeitig Hilfe anfordern können.

Dabei kann es helfen, sich mit dem Thema „Nähe und Distanz“ auseinander zu setzen. Was bedeuten eigentlich „Nähe“ und „Distanz“? Wann sind meine eigenen Grenzen überschritten, wie kann ich die meines Gegenübers wahren? Mit Theorie aber auch praktischen Beispielen möchten wir Ihnen dieses Thema näherbringen und Ihnen helfen, sich in ganz neue Situationen einzufühlen, um auch mit Konfliktsituationen umgehen zu lernen.

[2 Stunden-Einheit]



Ehrenamtsschulung für das Pflegengagement

Modul 3:

Pflegeversicherung / Pflegebedürftigkeit und Unterstützungsbedarf im Alltag

Das Modul informiert über die Inhalte des Pflegeversicherungsgesetzes.

Wie wird der Begriff „Pflegebedürftigkeit“ definiert und die Zuordnung zu den einzelnen Pflegestufen vorgenommen?

Wem stehen Leistungen der Pflegeversicherung zu und wie werden sie beantragt?

Welche Unterstützung bietet die Pflegeversicherung für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige?

[2,5 Stunden-Einheit]

Modul 4a: Zielgruppe alte Menschen

Alt werden bedeutet nicht zwangsläufig krank und pflegebedürftig werden, jedoch steigt mit zunehmendem Lebensalter durch den Alterungsprozess des Körpers das Risiko, an einer oder auch an mehreren Krankheiten (Multimorbidität) zu erkranken. Die Folgen sind oftmals Trauer über Defizite und Abhängigkeit, Scham oder Wut. Trotz altersbedingter Einschränkungen spielen Kommunikation und Beschäftigung eine zentrale Rolle im Leben. Sie bringen Freude und Abwechslung in den Alltag und fördern vorhandene Fähigkeiten und soziale Integration. Wir wollen besprechen, was bei der Kommunikation mit älteren Menschen zu beachten ist und welche Beschäftigungsmöglichkeiten sich anbieten. Die Biografie und die Interessen des einzelnen sind dabei besonders wichtig.

[4 Stunden-Einheit]

Modul 4b: Zielgruppe Kinder und Jugendliche

Wir vermitteln Informationen über die Zielgruppe. Dazu gehören rechtliche Grundlagen, Zahlen und Fakten über Pflegebedürftigkeit bei Kindern und Jugendlichen sowie Informationen über Ursachen und Arten von häufigen Erkrankungen und Behinderungen.

Unser Blick richtet sich zudem auf die psychosoziale Situation von betroffenen Familien, um ein Bild ihrer Lebenssituation zu gewinnen. Wir bieten einen Überblick über Freizeit- und Beschäftigungsmöglichkeiten im Kontext der Entwicklungsphasen von Kindern und Jugendlichen. Abgerundet wird das Modul durch Informationen über professionelle Anlaufstellen, die spezialisierte Auskünfte erteilen.

[4 Stunden-Einheit]



Ehrenamtsschulung für das Pflegengagement

Modul 5:

Kommunikation und Gesprächsführung, Umgang mit Krisen und Konflikten

Ziel des Moduls ist es, sich mit menschlicher Wahrnehmung und Kommunikation auseinanderzusetzen und die Teilnehmer_innen in ihrer Selbstreflexion zu stärken.

Wie gelingt es, in Gesprächen mit Angehörigen und pflegebedürftigen Menschen eine hilfreiche Rolle einzunehmen? Wie funktioniert z.B. aktives Zuhören? Weiterhin werden gemeinsame Lösungen für Krisen und Konfliktsituationen erarbeitet.

[3 Stunden-Einheit]

Modul 6:

Situation von pflegenden Angehörigen, Spannungsfelder in der Familie, Förderung von Selbstpflege, Selbstbestimmung und Teilhabe

In diesem Modul können Sie einen Eindruck vom Alltag in einer Familie mit einem pflegebedürftigen Menschen gewinnen. Wer z.B. als Angehörigenbegleiter eine Familie unterstützen möchte, sollte zunächst deren Situation verstehen.

Die Entscheidung, als Angehöriger einen Pflegebedürftigen zu versorgen, hat Auswirkungen auf das eigene Leben und das Familienleben insgesamt. Durch die neue Situation, auf die sich alle einstellen müssen, können Konflikte auftreten, die nicht nur die unmittelbare Familie betreffen, sondern Freunde und Bekannte mit einschließen können. Hilfe anzunehmen, ist für pflegende Angehörige oft nicht leicht. Sie sind die Experten, tragen die Hauptverantwortung für den Pflegebedürftigen und sehen sich selbst nicht gern in der Rolle des Hilfeempfängers. Sie definieren sich eher als eine Person, die eine besondere und zuweilen schwierige Aufgabe erfüllt.

Viele pflegende Angehörige vernachlässigen auf lange Sicht die eigenen Bedürfnisse, denn die Pflegesituation fordert von ihnen große Kraftanstrengungen.

Wir wollen uns in diesem Modul mit der Frage beschäftigen, welchen Beitrag Sie als Ehrenamtliche/r leisten können, um die Lebensqualität der betroffenen Familien zu verbessern.

[2,5 Stunden Einheit]



Ehrenamtsschulung für das Pflegengagement

Modul 7a: Angehörigen-Begleitung | Begleitung Betroffener

Was erwartet mich bei der Begleitung von Betroffenen und Angehörigen in deren Häuslichkeit? In diesem Modul erhalten Sie einen tieferen Einblick in mögliche Situationen, die Ihnen bei Ihrem Besuch begegnen können. Dabei bedarf es Akzeptanz und Toleranz für die individuelle Lebensgestaltung und Familiengeschichte der Betroffenen. Gemeinsam entwickeln wir Ideen, wie der Besuch Angehöriger und Pflegebedürftiger lebendig gestaltet und für beide Seiten zufriedenstellend verlaufen kann.

[4 Stunden-Einheit]

Modul 7b: Gruppenbegleitung

Im Modul Gruppenbegleitung beschäftigen wir uns vor allem mit folgenden Fragestellungen:

Wie unterscheidet sich die Selbsthilfe im Bereich Pflege von der klassischen Selbsthilfe?

Was ist für die Anleitung und Moderation von Gruppengesprächen wichtig?

Welche Regeln sind für die Gruppenstruktur sinnvoll? Wie gehen wir mit Konflikten und Krisen um?

[4 Stunden-Einheit]

Modul 8:

Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

Wer soll für mich entscheiden, wenn mein Gesundheitszustand eigene Entscheidungen nicht mehr zulässt? Welchen medizinischen Behandlungen und Therapien möchte ich mich unterziehen und welchen auf keinen Fall?

In der Regel ist ein Mensch ab dem 18. Geburtstag in Deutschland voll geschäftsfähig. Das bedeutet auch, dass nur er selbst für seine Person rechtlich bindende Willenserklärungen abgeben kann. Unfall, Krankheit, Behinderung etc. können die eigene Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit einschränken. Was nun?

Diese Fragen stellen sich viele pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige, aber vielleicht auch Sie.

Wenn sicher sein soll, dass auch in solchen Situationen der eigene Wille durchgesetzt wird, muss in gesunden Tagen Vorsorge getroffen werden. In diesem Modul werden daher Vorsorgevollmachten, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung vorgestellt und das geltende Betreuungsrecht erläutert. Es werden Tipps gegeben, worauf besonders zu achten ist und wo in Berlin ausführliche Beratung angeboten wird.

[2 Stunden-Einheit]



Ehrenamtsschulung für das Pflegengagement

Modul 9:

Abschied und Trauer

Ehrenamtliche können in ihrem Engagement mit Situationen konfrontiert werden, die von Abschied und Trauer geprägt sind. Es ist wichtig, dass sie auf diese Themen vorbereitet sind, so dass ihnen der Umgang damit leichter fällt.

Eine der schwierigsten Aufgaben für ehrenamtliche Helfer kann die Begleitung eines trauernden Menschen sein, der einen Angehörigen verloren hat.

Aber Abschied und Trauer begegnen uns nicht nur im Zusammenhang mit dem Tod.

Abschied nehmen muss man vielfach im Leben. Verluste jedweder Art können Trauer auslösen. Oftmals ist es denjenigen gar nicht bewusst, dass einer Niedergeschlagenheit oder Traurigkeit der Verlust einer Fähigkeit vorausgegangen ist. Wenn Ehrenamtliche um diese Zusammenhänge wissen, können sie Angehörige und Pflegenden in diesen Lebenssituationen kompetent unterstützen.

[2,5 Stunden-Einheit]

Modul 10:

Notfallsituationen

In dieser Veranstaltung der Ehrenamtsschulung werden Ihnen Hinweise zum Umgang mit und in Notfallsituationen gegeben. Diese ersetzen nicht den Erste-Hilfe-Kurs.

Sie erhalten die Möglichkeit, den Nutzen der Schulung für sich zu reflektieren.

Es bleibt Zeit, offen gebliebene Fragen und weiteren Schulungsbedarf zu klären.

Zum Abschluss möchten wir Ihnen Ihre Teilnahmebescheinigung überreichen.

[2 Stunden-Einheit]



Ehrenamtsschulung für das Pflegengagement

Modul 11:

Krankheitsbild Demenz

In dieser Fortbildung geht es darum, Ihnen Grundlagenkenntnisse über das Krankheitsbild Demenz zu vermitteln und ein Verständnis für das Verhalten von demenzkranken Menschen zu entwickeln. Es werden Möglichkeiten der Kommunikation sowie verschiedene Beschäftigungsmöglichkeiten vorgestellt.

[2,5 Stunden-Einheit]

Modul 12:

Wohnformen im Alter, Reflexion der Fortbildung

In diesem Modul geht es um die unterschiedlichen Wohn- und Lebensformen im Alter.

Was kann ich tun und welche Hilfen kann ich nutzen, damit der Verbleib trotz Pflegebedürftigkeit in der eigenen Wohnung möglich wird?

Welche alternativen Wohnformen gibt es?

Weiterhin werden in diesem letzten Modul der Fortbildungsreihe eine Rückschau auf die gesamte Schulung gehalten, die Erkenntnisse gewürdigt und etwaige weitere Fortbildungsbedarfe erfragt.

Die Teilnehmer erhalten eine Teilnahmebescheinigung.

[3 Stunden-Einheit]

Die Kontaktstellen PflegeEngagement und das Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung werden von der Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales, den Landesverbänden der Pflegekassen in Berlin und dem Verband der privaten Krankenversicherungen e. V. gefördert.



Der Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin stellt sich vor

Der Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe Berlin wurde im Jahr 2004 gegründet und sieht seine Hauptaufgabe in der Weiterentwicklung von geeigneten Fortbildungskonzepten für die Selbsthilfe. Er setzt sich zusammen aus Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Selbsthilfekontaktstellen Mitte, Pankow, Steglitz-Zehlendorf und Treptow-Köpenick sowie Mitgliedern von Selbsthilfegruppen. Der Arbeitskreis organisiert neben Fortbildungen auch Gesamttreffen und Tagungen zu verschiedenen Themen der Selbsthilfe. Falls Gruppen und Organisationen Angebote auch auf ihre Arbeit zugeschnitten weiterentwickeln wollen, so kommt der Arbeitskreis dieser Nachfrage gerne nach.

Petra Glasmeyer Dipl. Sozialpädagogin,
Selbsthilfekontaktstelle im Mittelhof e.V., Steglitz-Zehlendorf

Jens Erik Geißler
Selbsthilfegruppe „Burnout und Depressionen und Projekt „Männer in der Selbsthilfe“

Götz Liefert Diplompädagoge, Supervisor

Katarina Schneider Dipl. Sozialpädagogin,
KIS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow

Birgit Sowade Dipl. Sozialpädagogin, Gestaltpädagogin,
Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungsstelle Mitte, StadtRand gGmbH

Ruth Uzelino Dipl. Sozialpädagogin,
Selbsthilfe-Kontaktstelle Eigeninitiative Treptow-Köpenick

Hanne Theurich Dipl. Sozialpädagogin, Supervisorin
Selbsthilfekontaktstelle im Mittelhof e.V., Steglitz-Zehlendorf

Sabine von Wegerer
Berliner Leberrng e.V., Leiterin der Beratungsstelle für Hepatitis-Betroffene

Kontakt: selbsthilfe@mittelhof.org
Tel 030 801 97514

Redaktion für die Bereiche:
Selbsthilfe Ella Wassink Tel 030 890 285 37
SEKIS Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle

Pflegeunterstützung Stefanie Emmert-Olschar, Silke Strietzel
Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung
Tel 030 890 285 32



Selbsthilfe - Kontaktstellen in Berlin

Selbsthilfe-Kontaktstellen unterstützen Selbsthilfegruppen.

- Sie
- › beraten Interessierte an Selbsthilfe
 - › leisten Hilfe bei der Gruppengründung
 - › begleiten Initiativen
 - › bieten Vernetzung und Fortbildung
 - › stellen Räume für Gruppentreffen zur Verfügung
 - › organisieren Veranstaltungen

Berlin zentral

SEKIS

Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle
 Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin (Charlottenburg)
 Tel 030-892 66 02 Fax 030-890 285 40
 sekis@sekis-berlin.de | www.sekis-berlin.de
 Mo 12-16 Uhr, Mi 10-14, Do 14-18 Uhr

Berlin regional

Charlottenburg - Wilmersdorf | Regionale Kontaktstelle für Selbsthilfe

Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin (Charlottenburg)
 Tel 030-890 285 38 | Fax 030-890 285 40
 selbsthilfe@sekis-berlin.de | www.sekis-berlin.de
 Mo 12-16 Uhr, Mi 10-14 Uhr, Do 14-18 Uhr

Friedrichshain - Kreuzberg

Selbsthilfekontaktstelle Friedrichshain
 Boxhagener Str. 89 | 10245 Berlin (Friedrichshain)
 Tel 030-291 83 48 Fax 030-290 496 62
 info@selbsthilfe-treffpunkt.de | www.selbsthilfe-treffpunkt.de
 Di + Fr 10 - 13 Uhr, Mi + Do 15 - 18 Uhr

Lichtenberg

Horizont Selbsthilfe Kontakt- und Beratungsstelle
 Ahrenshooper Str. 5 | 13051 Berlin (Hohenschönhausen)
 Tel 030-962 10 33 Fax 030-364 627 36
 Info@selbsthilfe-lichtenberg.de | www.selbsthilfe-lichtenberg.de
 Di 14-18 Uhr, Mi 13-16 Uhr, Do 10-13 Uhr u.n.V.

Selbsthilfe - Kontaktstellen in Berlin

Lichtenberg

Selbsthilfekontaktstelle Synapse
Schulze-Boysen-Str. 38 | 10365 Berlin (Lichtenberg)
Tel 030-55 49 18 92 Fax 030-55 48 96 34
selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de | www.kiezspinne.de
Mo 13-17 Uhr, Di 13-16 Uhr, Fr 10-12 Uhr

Marzahn - Hellersdorf

Selbsthilfe, Kontakt- und Beratungsstelle Marzahn-Hellersdorf
Alt-Marzahn 59a | 12685 Berlin (Marzahn)
Tel 030-542 51 03 Fax 030-540 68 85
selbsthilfe@wuheletal.de | www.wuheletal.de
Mo 13-17 Uhr, Di 15-19 Uhr, Fr 9- 13 Uhr u.n.V.

Mitte

Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte StadtRand gGmbH
Perleberger Str. 44 | 10559 Berlin (Moabit)
Tel 030-394 63 64 Fax 030-394 64 85
kontakt@stadtrand-berlin.de | www.stadtrand-berlin.de
Mo + Di 10-14 Uhr, Do 15-18 Uhr

Neukölln

Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord
Hertzbergstr. 22 | 12055 Berlin (Rixdorf)
Tel 030-681 60 64 Fax 030-681 60 68
info@selbsthilfe-neukoelln.de | www.stzneukoelln.de
Mo 16-19 Uhr, Di + Do 10-13 Uhr

Neukölln

Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Neukölln-Süd
Lipschitzallee 80 | 12353 Berlin (Gropiusstadt)
Tel 030-605 66 00 Fax 030-605 68 99
shkgropiusstadt@t-online.de | www.stzneukoelln.de
Mo 11-15 Uhr, Di 13-16 Uhr, Do 13-17 Uhr

Selbsthilfe - Kontaktstellen in Berlin

Pankow - Prenzlauer Berg

KIS Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Stadtteilzentrum Pankow
Schönholzer Str. 10 | 13187 Berlin
Tel 030-499 87 09 10
kis@hvd-bb.de | www.kisberlin.de
Mo + Mi 15-18 Uhr, Do 10-13 Uhr

Pankow - Buch

Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum im Bucher Bürgerhaus
Franz-Schmidt-Str. 8-10 | 13125 Berlin (Buch)
Tel 030-941 54 26 Fax 030-941 54 27
shz.buch@albatros-gmbh.de | www.albatros-gmbh.de

Reinickendorf

Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Reinickendorf im Günther-Zemla-Haus
Eichhorster Weg 32 | 13435 Berlin (Märkisches Viertel)
Tel 030-416 48 42 Fax 030-417 45 753
selbsthilfezentrum@unionhilfswerk.de | www.unionhilfswerk.de/selbsthilfe
Di + Do 14-18 Uhr, Fr 10-14 Uhr

Spandau

Selbsthilfetreffpunkt Mauerritze im Kulturhaus Spandau
Mauerstr. 6 | 13597 Berlin (Altstadt Spandau)
Tel 030-333 50 26 Fax 030-333 60 43
shtmauerritze@casa-ev.de | www.casa-ev.de
Mo 10-12.30 Uhr, Mi 15-18 Uhr, Do 10-13 Uhr

Spandau - Siemensstadt

Selbsthilfetreffpunkt Siemensstadt
Wattstr. 13 | 13629 Berlin (Siemensstadt)
Tel 030-381 70 57 und 382 40 30 Fax 030-383 074 00
shtsiemensstadt@casa-ev.de | www.casa-ev.de
Di 13-16 Uhr, Do 15-18 Uhr, Fr 10-13 Uhr

Selbsthilfe - Kontaktstellen in Berlin

Steglitz - Zehlendorf

Selbsthilfekontaktstelle im Mittelhof e.V.
Königstr. 42-43 | 14163 Berlin (Zehlendorf)
Tel 030-801 975 14 | Fax 030-80 19 75 59
selbsthilfe@mittelhof.org
www.mittelhof.org
Mo 10-13 Uhr, Di + Mi 16-18 Uhr, Do 12-15 Uhr

Tempelhof - Schöneberg

Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftshaus Friedenau
Holsteinische Str. 30 | 12161 Berlin (Friedenau)
Tel 030-859 951-30/- 33 Fax 030-859 951 11
selbsthilfe@nbhs.de
www.nbhs.de
Mo 16-20 Uhr, Di 15-18 Uhr, Do 10-14 Uhr

Treptow - Köpenick

Eigeninitiative Selbsthilfezentrum Treptow-Köpenick
Genossenschaftsstraße 70 | 12489 Berlin (Adlershof)
Tel 030-631 09 85 Fax 030-631 09 85
eigeninitiative@ajb-berlin.de
www.eigeninitiative-berlin.de
Mo + Di 9-13 Uhr, Do 15-18 Uhr

Kontaktstellen PflegeEngagement



**PflegeEngagement unterstützen Selbsthilfe
und ehrenamtliches Engagement rund um die häusliche Pflege**

Charlottenburg - Wilmersdorf

SEKIS Bismarckstraße 101 | 10625 Berlin | Tel 030-890 28 535
pflegeengagement@sekis-berlin.de | www.pflegeunterstuetzung-berlin.de
Träger: selko e.V.

Friedrichshain - Kreuzberg

Gryphiusstraße 16 | 10245 Berlin | Tel 030-707 16 869 oder 0173 -2839560
kpe@volkssolidaritaet.de | www.volkssolidaritaet-berlin.de
Träger: Volkssolidarität LV Berlin e.V.

Lichtenberg

Schulze-Boysen-Straße 38 | 10365 Berlin | Tel 030-284 723 95 oder 0160-4030684
ines.drost@kiezspinne.de | kathrin.strumpf@kiezspinne.de | www.kiezspinne.de
Träger: Kiezspinne FAS e.V.

Marzahn - Hellersdorf

c/o Stadtteilzentrum Mosaik
Altlandsberger Platz 2 | 12685 Berlin | Tel 030-549 88 495
pflege@wuhletal.de | www.wuhletal.de
Träger: Wuhletal gGmbH

Mitte

Lübecker Straße 19 | 10559 Berlin | Tel 030-221 94 858 oder 0176-38467745
pflegeengagement@stadtrand-berlin.de | www.stadtrand-berlin.de
Träger: StadtRand gGmbH

Neukölln Nord

Hertzbergstraße 22 | 12055 Berlin | Tel 030-681 60 62
nord@kpe-neukoelln.de | www.stzneukoelln.de

Neukölln Süd

Löwensteinring 13a | 12353 Berlin | Tel 030-603 20 22
sued@kpe-neukoelln.de | www.stzneukoelln.de
Träger: Gesundheitszentrum Gropiusstadt

Kontaktstellen PflegeEngagement



Pankow

c/o Stadtteilzentrum Pankow Schönholzer Straße 10 | 13187 Berlin
Tel 030-499 870 911
pflegeengagement@stz-pankow.de | www.stz-pankow.de
Träger: Humanistischer Verband Deutschland e.V.

Reinickendorf

Eichhorster Weg 32 | 13435 Berlin | Tel 030-417 457 52
Wilhelmsruher Damm 116 | 13439 Berlin | Tel 030-644 976 063
pflegeengagement@unionhilfswerk.de | www.unionhilfswerk.de
Träger: Unionhilfswerk gGmbH

Spandau

Wattstraße 13 | 13629 Berlin | Tel 030-936 22 380
Mauerstraße 6 | 13597 Berlin | Tel 030-353 89 566
kpe-spandau@casa-ev.de | www.casa-ev.de
Träger: Sozial-kulturelle Netzwerke - casa e.V.

Steglitz - Zehlendorf

Königstraße 42-43, Kate | 14163 Berlin | Tel 030-801 97 538
kpe@mittelhof.org | www.mittelhof.org | Träger: Mittelhof e.V.

Tempelhof - Schöneberg

Holsteinische Straße 30 | 12161 Berlin | Tel 030-859 95 125
Laden: Der Nachbar | Cranachstraße 7 | 12157 Berlin Tel 030-32500851
pflegeengagement@nbhs.de | www.nbhs.de
Träger: Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.

Treptow - Köpenick

Friedenstraße 15 | 12489 Berlin | Tel 030-226 84 802
kpe-tk@ajb-berlin.de | www.eigeninitiative-berlin.de
Träger: ajb gGmbH

Anmeldung

Anmeldungen

Anmeldungen erbitten wir an die bei den Veranstaltungen jeweils angegebenen Adressen, Mail-Adressen bzw. Telefonnummern zu richten.

Selko e.V.

SEKIS | Bismarckstr.101 | 10625 Berlin

Fax 030-890 285 40

Mail sekis@sekis-berlin.de

unbedingt mit Nennung des Kurses, der Nummer und den vollständigen Angaben zu Ihrer Person

Name

Gruppe [freiwillig]

Adresse [freiwillig]

Erreichbarkeit (Tel / Mail)

Rückfragen können Sie stellen unter: Tel 030-890 285 33

Impressum

selko e.V.

Dachverband der Berliner Selbsthilfe-Kontaktstellen

in Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe und dem Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung

Verantwortlich:

Arbeitskreis Fortbildung in der Selbsthilfe

sowie Ella Wassink und Stefanie Emmert-Olschar

Redaktion SEKIS

Bismarckstr.101 | 10625 Berlin

Tel 030-890 285 37/33 Fax 030-890 285 40

sekis@sekis-berlin.de

Gefördert von der Arbeitsgemeinschaft der

Gesetzlichen Krankenkassen und ihrer Verbände Berlin / Brandenburg

Gestaltung: Friedhelm Steinen Broo | Druckvorlage: Alexander Beck | Druck: LaserLine
Berlin Herbst 2016