

SUCHT

Mein Kind nimmt Drogen

Im Juni 2021 startete ARWED die NRW-weite Kampagne „fragEltern“. Dabei stand das Thema Drogenmissbrauch im Zentrum.



Foto: ARWED Münster

Mutig wandten sich diese ARWED-Mütter in Münster an die Öffentlichkeit.

Wenn ihr Kind drogenabhängig ist, trauen sich viele Eltern nicht, offen darüber zu reden. Zu groß sind die Scham und die Angst vor Stigmatisierung. Dabei haben der [Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen](#) zufolge fast die Hälfte aller Eltern Kinder im Jugendalter, die Drogen konsumieren. ARWED ist die Arbeitsgemeinschaft Rheinisch-Westfälischer Elternkreise drogengefährdeter und abhängiger Menschen e. V., die sich in Selbsthilfekreisen zusammengeschlossen haben. Zur ARWED gehören 54 regionale Gruppen. Ehrenamtlich unterstützen sie Eltern und Angehörige dabei, den Umgang mit den Folgen der Sucht erträglicher zu machen.

Ihr 30-jähriges Bestehen und der Weltelterntag bewegten die ARWED zu einer landesweiten Öffentlichkeitskampagne in 16 Städten. Unter dem Motto „fragEltern“ zeigten Mütter und Väter drogenabhängiger Jugendlicher und junger Erwachsener, wie sie sich in den Eltern- und Angehörigenkreisen unterstützen. ARWED

wollte damit vor allem weitere betroffene Eltern erreichen. Begleitet wurde die Kampagne unter anderem durch lokale Einrichtungen der Suchthilfe. Mit Aktionen in den Städten und vielen persönlichen Begegnungen konnte die ARWED so in NRW ein Netzwerk aufbauen. Engagierte Eltern sprachen dazu Partner in den Kommunen an, um sie einzubinden.

Das Fazit des ARWED-Vorstandes vor Abschluss der Kampagne: „Wir kennen jetzt die Akteure vor Ort persönlich: Suchtkoordinatoren, Drogenberatung, Psychiatriekoordinatorinnen, Selbsthilfekontaktstellen – das war und ist das Ziel. Sie sollen uns im Kopf haben, wenn betroffene Eltern Hilfen nachfragen.“ Die ARWED hat etwas bewegt und fühlt sich bestärkt, den eingeschlagenen Weg auch über die Kampagne hinaus weiter zu gehen. ●

Infos und Kontakt: Tel.: 0234 29837932



presse@arwed-nrw.de
arwed-nrw.de

SELBSTHILFEAKADEMIE

Mitredzentrale für die Selbsthilfe

Am **18. September 2021** bietet die Selbsthilfeakademie NRW eine Fortsetzung des [ersten NRW-Selbsthilfe-Barcamps](#) an, das 2019 in Wuppertal mit großem Erfolg durchgeführt wurde. Coronabedingt findet die zweite Veranstaltung nun in virtueller Form statt. Ein Barcamp ist ein offenes, lockeres, spontanes, fröhliches und dennoch sehr effektives Format, in dem die Teilnehmenden sich selbst und ihre Anliegen und Themen aktiv einbringen können. Es gibt keine festgelegte Tagesordnung. Die Themen der Teilnehmenden werden gesammelt und fließen dann in einen Sessionplan ein. Die Teilnehmenden sind zugleich Teilgebende, denn klassische Referenten und Referentinnen gibt es hier nicht. Alle sind gleichberechtigt, alles kann, nichts muss. Herzlich eingeladen zum Mitreden und Mitmachen sind alle in der und für die Selbsthilfe aktiven Menschen! ●

Illustration: Stock.com/Alexandr Lukin



Offen, spontan, flexibel und virtuell – so soll es beim zweiten NRW-Selbsthilfe-Barcamp zugehen, das am 18. September stattfindet.



Zum AnmeldeLink

PRÄVENTION

Anlaufstelle im Quartier

Ein innovatives Gesundheitsnetzwerk stärkt ab sofort die gesundheitliche und soziale Versorgung der Menschen im Kölner Norden.



Illustration: iStock.com/lundrey

„dieKümmerei“ im Kölner Norden steht allen Bürgerinnen und Bürgern offen.

„dieKümmerei“ heißt ein bundesweit einzigartiges Gesundheitsnetzwerk, das im Norden Kölns mit einer eigenen Quartierszentrale startet: Am 15. September eröffnet „dieKümmerei“ ihr Büro in Köln-Chorweiler. Die Zentrale mit ihrem mehrsprachigen und multidisziplinären Team soll als Anlaufstelle dienen, die allen Menschen offensteht und Gesundheits- und Sozialleistungen für die Bewohnerinnen und Bewohner des Viertels koordiniert. Sie ist Teil eines neuartigen Gesundheitsnetzwerks, das die AOK Rheinland/Hamburg gemeinsam mit der

Herz Netz Center GmbH, der Stadt Köln und den vor Ort bereits engagierten Akteuren und Initiativen aufbaut.

„dieKümmerei“ rückt die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten in den Mittelpunkt, bündelt Versorgungsangebote und zielt darauf, die medizinische und soziale Versorgung vor Ort zu verzahnen sowie die Prävention im Kölner Norden zu verbessern. ●

Kontakt: Katharina Vankerkom,
Tel.: 0211 8791-28258



katharina.vankerkom@rh.aok.de

SAVE-THE-DATE

AOK Selbsthilfe-Symposium 2021

„Verbunden im WIR – Selbsthilfe in Zeiten der Veränderung“ – unter diesem Motto lädt die AOK Rheinland/Hamburg am **2. Oktober 2021 von 10 bis 13 Uhr** zum dritten Selbsthilfe-Symposium ein. Geboten wird ein abwechslungsreiches Programm mit Vortrag, Workshops und Musik-Comedy rund um das Thema „Ver-

bundenheit“. Die Teilnahme ist digital möglich oder – falls es das Infektionsgeschehen zulässt – gemeinsam mit anderen Selbsthilfe-Aktiven vor Ort in einer der AOK-Regionaldirektionen. ●



Hier geht es zum Programm und zur Anmeldung

BARRIEREFREIHEIT

Hindernisse sichtbar machen

Sie stehen in Fußgängerzonen und auf Bürgersteigen – oft schmal und schlank, manchmal breit und bauchig. Fast immer aber sind sie grau und unscheinbar. Die Rede ist von Pollern, die die Sicherheit im Straßenverkehr verbessern sollen. Für Menschen mit Sehbeeinträchtigung stellen sie jedoch ein gefährliches Hindernis dar. Darauf machten der Deutsche Blinden- und Sehbehindertenverband DBSV und PRO RETINA Deutschland e.V. zum Sehbehindertentag am 4. Juni aufmerksam. Um die Bevölkerung



Foto: Britta van Hall

Gut zu sehen: einige Poller in Düsseldorf

und die Politik für diese Gefahr zu sensibilisieren, erhielten einige Poller in Düsseldorf kontrastreiche schwarzgelbe „Mützen“. Hinzu kam ein Informationsschreiben, in dem es unter anderem hieß: „Mit diesem Poller habe ich ein Problem. Ich bin sehbehindert ... In Düsseldorf geht es geschätzt ca. 67.000 Mitbürgern wie mir ...“ Die Initiatoren forderten, dass Weghindernisse wie Poller sich kontrastreich von der Umgebung abheben. ●



Pro-retina.de
dbsv.org

TERMINE

Der Selbsthilfe-Truck kommt!

Die diesjährige Selbsthilfe-Tour unter dem Motto „Nimm Dein Leben in die Hand!“ konnte wegen der Corona-Pandemie erst am 7. August starten. Die Aktion wird von der gesetzlichen Krankenversicherung in NRW aus Selbsthilfemitteln gefördert. Hinter dem Projekt stehen die Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe NRW, der FAS – Fachausschuss Suchtselbsthilfe und KOSKON – Koordination für Selbsthilfe in NRW. Der erste Stopp des Selbsthilfe-Trucks war Dülmen. ●

Die NRW-Selbsthilfe schickt ihren Truck auf eine Tour durchs ganze Bundesland.



Foto: Selbsthilfe NRW

Die nächsten Stationen:

- 21.9. Düsseldorf
- 24.9. Gütersloh
- 25.9. Grevenbroich
- 29.9. Münster
- 6.–8.10. Gummersbach
- 9.10. Mönchengladbach
- 10.10. Brakel



nrw-selbsthilfe-tour.de

PODCAST

Das Leichte im Schweren



Foto: WDR

Erfrischend humorvoll spricht der Poetry-Slammer Jean-Philippe Kindler in seinem Podcast auf WDR 5 mit seinen Gästen über viele ernste Themen. Mit seiner ureigenen Leichtigkeit enttarnt er Tabus, nimmt vielen Themen die Schwere, gibt positive Impulse und lädt damit zum Weiterhören ein. So auch beim Podcast #4 „Depressionen und Humor – eine komische Beziehung“. Viele Satiriker und Komiker gehen inzwischen offen mit ihren depressiven Erkrankungen um, darunter die Poetry Slammerin Tabea Farnbacher und die Schriftstellerin Kathrin Weßling. Im Gespräch mit Jean-Philippe Kindler berichten sie offen über ihre Erfahrungen mit der Erkrankung. Reinhören lohnt sich! ●



[Zum Podcast „Depressionen und Humor“](#)

FACHTAGUNG

Jetzt anmelden



Foto: iStock.com/mikanaka

Zum vierten Mal findet eine interdisziplinäre Fachtagung der [Stiftung Leben pur](#) für Menschen mit Behinderung, ihre Familien und Fachleute in NRW statt. Kooperationspartner ist der [Landesverband für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderungen NRW e.V.](#) Die Fachtagung am 3. und 4. Dezember 2021 in Köln hat das Thema „Schmerzen bei Menschen mit Komplexer Behinderung“ und bietet neben Vorträgen auch Workshops und die Gelegenheit zum Austausch. Anmeldeschluss ist der 5. November 2021. Menschen mit Behinderung, Eltern eines behinderten Kindes, Studierende, Auszubildende und arbeitslose Menschen können ermäßigt teilnehmen. ●



[Alle Informationen zur Tagung und zur Anmeldung](#)

PARKINSON

Spielen statt Leiden

Tischtennis als Selbsthilfe für Parkinsonerkrankte? Das klingt ungewöhnlich, doch die Resonanz ist groß.

Viele der Symptome von Parkinson, wie Apathie, Ermüdung, Depression, Angst, Inkontinenz, Tremor und Gangprobleme führen oft zum sozialen Rückzug der Betroffenen. Hinter dem Verein „PingPong-Parkinson“ steckt die Idee, sich mit Tischtennis bei der chronischen, bisher unheilbaren Krankheit zu unterstützen und ihr aktiv entgegenzutreten. Tischtennis spricht in besonderem Maße die Symptomatik von Parkinson an, das beschreiben auch wissenschaftliche Studien. Mit Borussia Düsseldorf hat PingPongParkinson einen Partner gefunden, der in großer Selbstverständlichkeit die Integration sozial oder gesundheitlich benachteiligter Menschen lebt. Die Teilnehmenden profitieren von einer tollen Infrastruktur, vereinsweiter Unterstützung, sozialer Integration und einer deutlich besseren Beweglichkeit. Durch die mindestens wö-



Das Training verbessert die Beweglichkeit.

chentlichen Treffen entsteht ein stützender Zusammenhalt, der Verständnis und Trost gibt. Jüngere Erkrankte erhalten so eine gute Möglichkeit, mit anderen Betroffenen zusammenzukommen. ●

Kontakt: Karsten Riethmacher



NEUE GRUPPE

Konsequent gegen Stalking

Stalking ist eine Straftat, genau wie Einbruch oder Diebstahl. Die Opfer fühlen sich häufig allein gelassen. Oft bleibt es nicht bei einmaligen Übergriffen. Um die Straftat nachzuweisen, müssen die Betroffenen Erlebnisse und persönliche Angriffe immer wieder detailliert protokollieren. Unterdessen kann es zu Problemen im Job kommen oder ein Umzug wird notwendig. Zur Strategie eines Stalkers gehört es auch, sein Opfer zu isolieren. Ricarda, eine junge Frau, litt selbst zweieinhalb Jahre unter Stalking. Mit ihrer Selbsthilfegruppe will sie betroffenen Frauen in Düsseldorf Mut machen, sich dagegen zu wehren, um körperlich wie seelisch

Foto: Karsten Riethmacher



Die Selbsthilfegruppe hilft Stalkingopfern, ihre Isolation zu überwinden.

gesund zu bleiben. In der Selbsthilfegruppe erhalten sie Tipps, damit der Alptraum ein schnelles Ende findet. Sie können sich anonym treffen und einander anvertrauen. Die gesetzliche Schweigepflicht wird dabei selbstverständlich gewahrt. Die Gruppe trifft sich jeden ersten Donnerstag im Monat. ●

Kontakt: Tel.: 0211 899-2244



FÖRDERUNG

Rückenwind fürs Gemeinwohl

Die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt wird ein Jahr alt. Sie blickt auf ein erfolgreiches Jahr zurück und hat noch viel vor.

Die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt (DSEE) ist die bundesweite Anlaufstelle zur Förderung ehrenamtlichen Engagements. Ein Jahr nach ihrer Gründung konnte sie bei über 2.000 Anfragen rund um Vereinsrecht, Fördermittelgewinnung und Vorstandsarbeit beraten und unterstützte rund 1.900 Vereine und Organisationen mit bis zu 20 Millionen Euro. Auch für die

Zukunft hat sich die DSEE viel vorgenommen. Neben Service- und Beratungsangeboten bringt sie zahlreiche Programme auf den Weg. Auch Selbsthilfegruppen können bei der DSEE Fördermittel akquirieren und sich dazu im kommenden Jahr informieren. ●

Kontakt und Infos:
Dr. Mario Schulz, Tel.: 03981 21743-04



Foto: iStock.com/RuhtBlack

