

# Jahresbericht



## Inhalt

1. Selbsthilfe-Kontaktstelle
  - 1.1. Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle
  - 1.2. Kontakt und Sprechzeiten
2. Zahlen und Fakten
  - 2.1. Kontakte in den Kreisen
  - 2.2. Anliegen der Anfragenden
  - 2.3. Themen der Selbsthilfe-Aktiven und -Interessierten
3. Gruppengründungen
4. Öffentlichkeitsarbeit
5. Netzwerk und Kooperationen
6. Ausblick 2026

# 1. Selbsthilfe-Kontaktstelle

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist in beiden Kreisen mit je einem Standort in Coesfeld und in Borken präsent. Dort verfügt sie jeweils über eigene Beratungsräume, in denen feste Sprechzeiten angeboten werden. Darüber hinaus gibt es jeweils einen Gruppenraum, der von Selbsthilfegruppen bisher kostenfrei genutzt werden kann. Die Aufgaben der Kontaktstelle umfassen:

- Vermittlung und Beratung selbsthilfeinteressierter Menschen
- Vernetzung und Beratung von Selbsthilfegruppen
- Unterstützung und Begleitung von Gruppengründungen
- Kooperation mit Fachleuten aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich
- Information der Öffentlichkeit über Selbsthilfe

Finanziert wird die Selbsthilfe-Kontaktstelle (SHK) durch Mittel der gesetzlichen Krankenversicherung, des Landes NRW, der Kreise Coesfeld und Borken sowie durch Eigenmittel des Paritätischen NRW.

## 1.1. Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle

Das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle besteht aus vier Mitarbeiterinnen. Eine sozialpädagogische und eine gesundheitswissenschaftliche Fachkraft sind mit insgesamt 1,25 Stellenanteilen für die Fachberatung zuständig. Zwei Verwaltungskräfte unterstützen mit insgesamt 0,5 Stellenanteilen die Arbeit in der Kontaktstelle. Jeweils die Hälfte der Fachkraft- und Verwaltungsstellenanteile sind einem der beiden Kreisgebiete zugeordnet.



Von links nach rechts: Nicole Nickel, Sabine Bahr, Marion Pallasch, Beate Kleine Bösing

## 1.2. Kontakt und Sprechzeiten

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle kann zu folgenden Zeiten telefonisch und an den jeweiligen Standorten auch persönlich erreicht werden:

<b>Montag</b>	10 - 12 Uhr	Coesfeld
<b>Dienstag</b>	10 - 12 Uhr & 14 - 16 Uhr	Borken
<b>Donnerstag</b>	10 - 12 Uhr & 14 - 16 Uhr	Coesfeld
<b>Freitag</b>	10 - 12 Uhr	Borken

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, Termine außerhalb der Sprechzeiten zu vereinbaren.

## 2. Zahlen und Fakten

Auch 2025 kam es in der zweiten Jahreshälfte zu personellen Veränderungen am Standort Coesfeld. Nicole Nickel ist zum 1. September dort als Fachkraft gestartet. Zusätzlich wurde die Statistik durch eine LAK-Arbeitsgruppe gemeinsam mit der KOSKON NRW überarbeitet. Ziel ist es, die Einträge einheitlicher zu gestalten. Dadurch kann es zu einem Rückgang der erfassten Anfragen kommen. Dieser Rückgang bedeutet jedoch nicht, dass sich die Arbeit der Selbsthilfe-Kontaktstellen an sich verändert hat. Vielmehr spiegelt er wider, dass ausschließlich Anfragen von außen statistisch erfasst werden. Die Anfrage-Statistik bildet damit nur einen Teil der Tätigkeiten der Selbsthilfe-Kontaktstellen ab.

### 2.1. Kontakte in den Kreisen

Insgesamt verzeichnete die Selbsthilfe-Kontaktstelle 995 Kontakte im Jahr 2025. Davon fanden 438 telefonisch und 421 Kontakte schriftlich statt. Anliegen wurden 136-mal persönlich bearbeitet. Es zeigt sich, dass die meisten Personen über das Telefon Kontakt zur Kontaktstelle aufnehmen (s. Abb. 1). Dies spiegelt sich in beiden Kreisen wider. In Abbildung 2 sind die Kontaktpersonen dargestellt. Die meisten Kontakte erfolgten mit Betroffenen (451), gefolgt von Profis (230) und Selbsthilfegruppen (196). Am häufigsten nehmen Interessierte und Gruppen zum Jahresbeginn Kontakt auf. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle informiert Selbsthilfegruppen, Fachleute oder Bürger\*innen regelmäßig über Neuigkeiten aus der Selbsthilfe. Dazu gibt es verschiedene Verteiler und auch den Selbsthilfe-Newsletter.

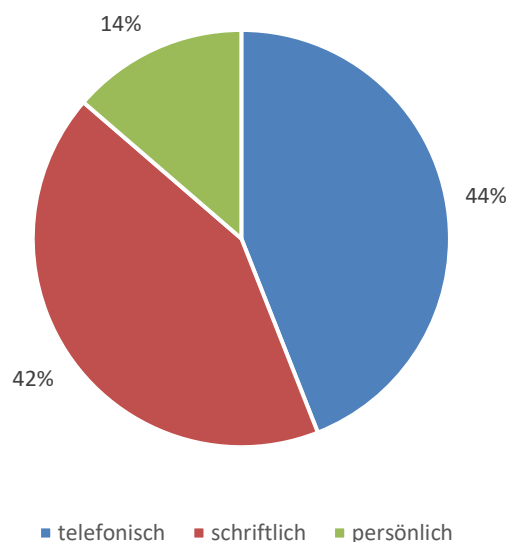
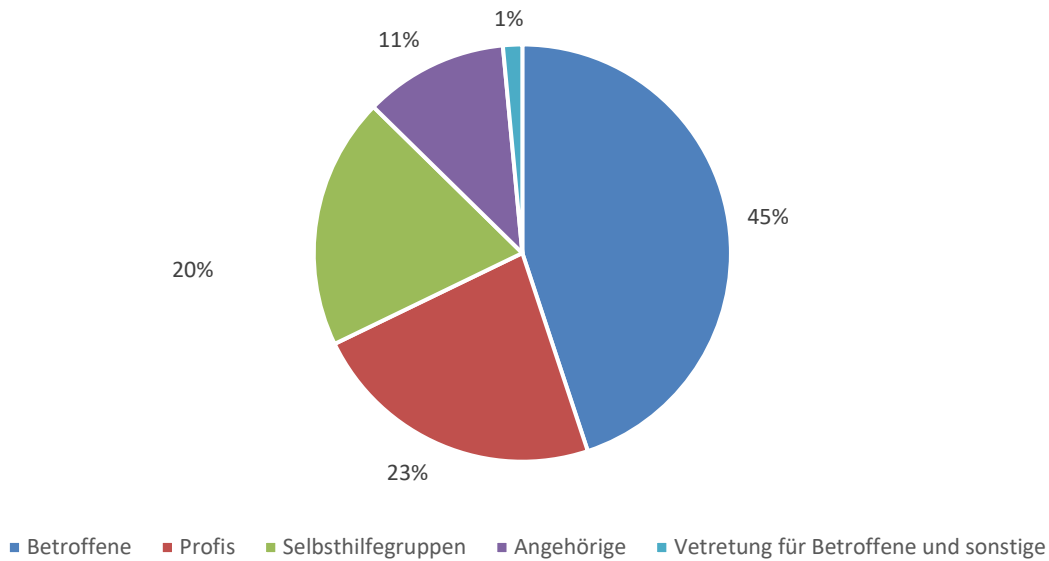


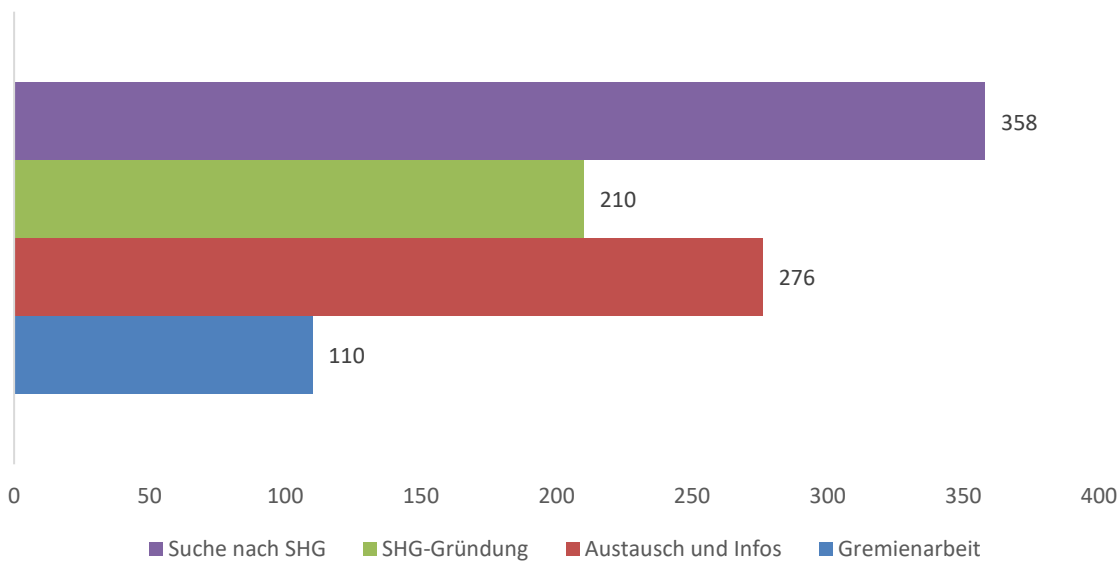
Abbildung 1 Art der Kontaktaufnahme



**Abbildung 2 Kontaktpersonen**

## 2.2. Anliegen der Anfragenden

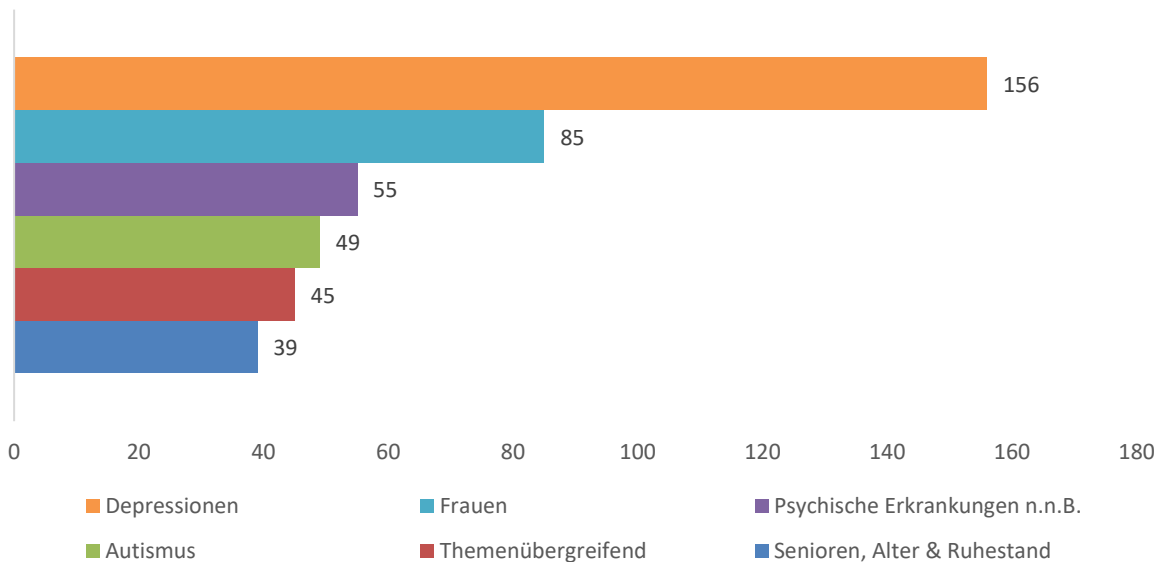
Menschen, die sich für Selbsthilfe interessieren, wendeten sich mit vielfältigen Fragen und Themen an die Kontaktstelle. In Abbildung 3 sind die häufigsten Anliegen aus 2025 grafisch dargestellt. Mit 358 Anfragen ist die Suche nach Selbsthilfegruppen das häufigste Anliegen der Anfragenden, gefolgt von zusätzlichen Informationen und Austausch über die Selbsthilfeentwicklung. Die Anfragen zu Selbsthilfegruppengründungen sind im Vergleich zum Vorjahr deutlich angestiegen (2024: 94 auf 210 in 2025). Auch die Selbsthilfegruppen wendeten sich mit verschiedenen Fragen an die Kontaktstelle. Neben dem Austausch über aktuelle Informationen aus den Gruppen und der Selbsthilfe-Kontaktstelle, wurde vermehrt nach organisatorischer Unterstützung in der Gruppenarbeit und für den Bereich der Öffentlichkeitsarbeit gefragt.



**Abbildung 3 Anliegen von Anfragenden**

### 2.3. Themen der Selbsthilfe-Aktiven und -Interessierten

Im Jahr 2025 erfolgten Anfragen zu insgesamt 89 verschiedenen Themen und Erkrankungen. Die häufigsten Themen, zu denen angefragt wurde sind in Abbildung 4 dargestellt.



**Abbildung 4 Themen der Selbsthilfe-Interessierten**

Es zeigt sich, dass die häufigsten Anfragen auch 2025 das Thema Depressionen betrafen. Diese wurden vor allem in den Wintermonaten verzeichnet. Außerdem zeigt sich, dass einige Anfragen themenübergreifend waren und zunehmend komplexer werden. Darunter fallen Suchen zu Gruppen, die beispielsweise zwei oder mehrere Erkrankungen beinhalten (z. B. Autismus und AD(H)S) oder wenn ein Zusammenhang zu zwei Themenfeldern besteht (z. B. Frauen und Alter). Mit Blick auf das Krankheitsverzeichnis zeigt sich in beiden Kreisen eine deutliche Nachfrage zu psychischen Erkrankungen und Verhaltensstörungen. Im Kreis Borken nehmen die Anfragen zu sozialen Themen zu (s. Abb. 5). Am häufigsten erfolgten Anfragen zu den sozialen Themen Senioren, Alter und Ruhestand sowie Frauen.

## Kreis Borken

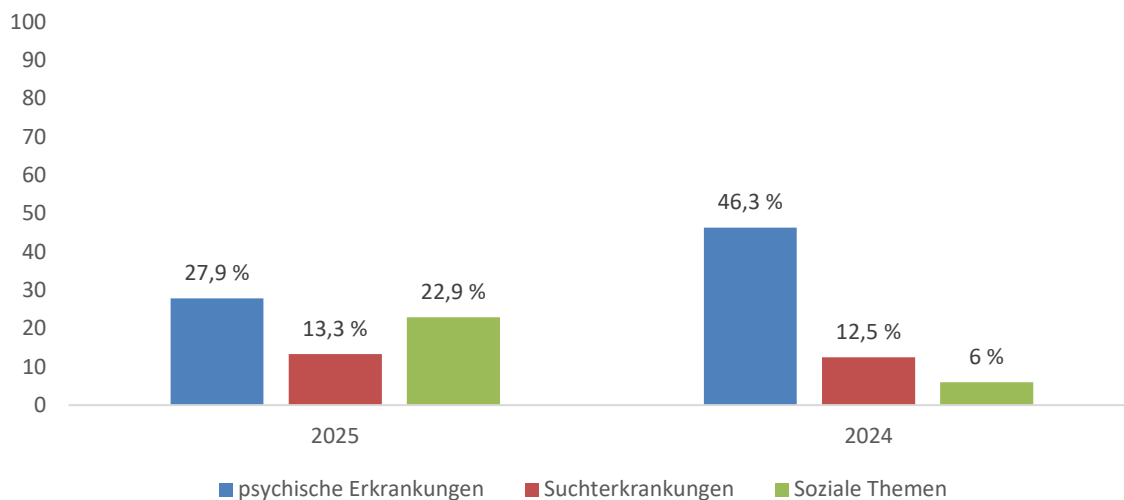


Abbildung 5 Themen im Wandel - Kreis Borken

## Kreis Coesfeld

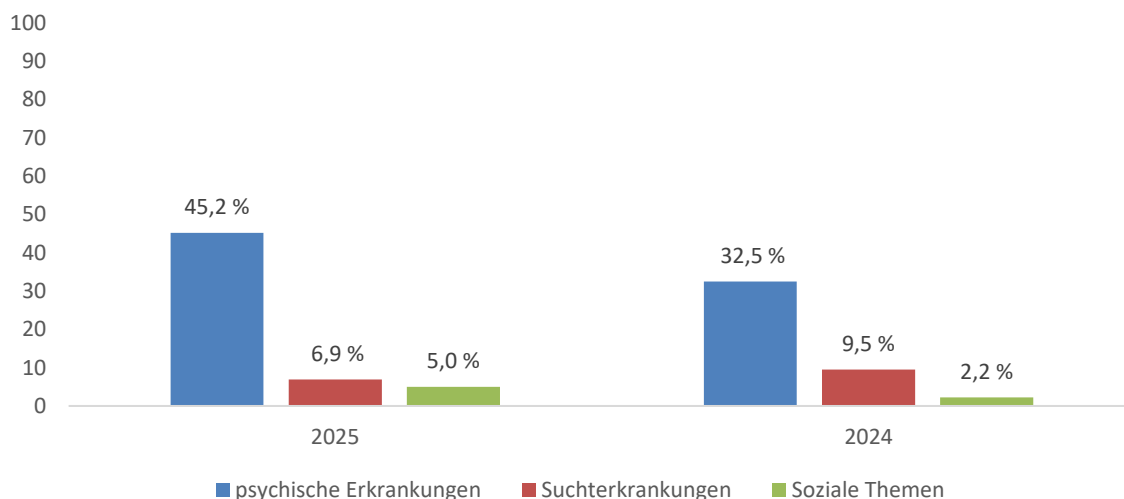


Abbildung 6 Themen im Wandel - Kreis Coesfeld

Die Daten der Selbsthilfegruppen in den Kreisen Coesfeld und Borken werden von der Selbsthilfe-Kontaktstelle in einer digitalen Gruppenkartei erfasst. Diese Gruppenkartei ist Grundlage für die Darstellung der Selbsthilfegruppen im Selbsthilfenetz ([www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de)). Hier können selbsthilfeinteressierte Menschen selbständig recherchieren und Gruppen in ganz NRW finden.



### 3. Gruppengründungen

Zur Gruppengründung bietet die Selbsthilfe-Kontaktstelle umfassende Unterstützung an. Initiator\*innen wie Teilnehmende neuer Selbsthilfegruppen brauchen in der Gründungsphase häufig viele Informationen und eine kontinuierliche und prozesshafte Beratung und Begleitung. Oft ist Aufklärungs- und Motivationsarbeit notwendig, um Selbsthilfe-Potenziale zu entfalten. Insgesamt wurden 11 Gruppen mit Unterstützung über die Selbsthilfe-Kontaktstelle gegründet. Auffallend sind Gründungen in beiden Kreisen mit dem Schwerpunkt auf ähnlichen Themen und/oder Gruppenformen, wie zum Beispiel Angehörigengruppen oder Gruppen zu den Themen Depression oder Autismus.

Borken	Coesfeld
Afghanischer Frauentreff	Behinderung
Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen	Angehörige von Menschen mit Alkoholsucht
Autismus	Autismus
Depression	Depression
Frauenpower	Long Covid
	Zwangsstörung

Zusätzlich betreute die Kontaktstelle intensiv Gruppengründungen zu Themen, bei denen es aus vielfältigen Gründen zu keiner Gründung kam oder der Gründungsprozess jahresübergreifend begleitet wurde:

Borken	Coesfeld
Borderline & PTBS	Bi-Polar
COPD	Depression
Depression	Eltern-Kind-Entfremdung
Empowerment	Frauen mit psychischen Erkrankungen
Wechseljahre und Neurodivergenz	Online: Zysten-Nieren
Wege aus toxischen Beziehungen	Frauen mit Gewalterfahrungen
Essstörungen (Angehörige)	Adoption
Autismus	
Alter und Freizeit	
Herzerkrankungen	
Beziehungsgestaltung	

## 4. Öffentlichkeitsarbeit

Durch gezielte Öffentlichkeits- und Pressearbeit informiert die Selbsthilfe-Kontaktstelle die Bürger\*innen beider Kreise sowie verschiedene Personengruppen über die Potentiale der Selbsthilfe. Darunter fallen Pressemitteilungen zu Gruppengründungen oder auch Veranstaltungen und Aktionen der Kontaktstelle.

In 2025 standen die Aktionen der Kontaktstelle unter dem Motto „Selbsthilfe in Bewegung“. Dazu wurde zum einen eine Wanderausstellung mit Fotos zum Thema Depressionen beim Netzwerk Selbsthilfe und Ehrenamt im Kreis Steinfurt ausgeliehen und in der Kolping Bildungsstätte in Coesfeld präsentiert. Zum anderen wurde mit den GEHsprachen ein neues Austauschformat in beiden Kreisen ausprobiert. Ziel ist es, dass sich Selbsthilfe-Aktive und Selbsthilfe-Interessierte themenübergreifend bei barrierearmen Wanderungen austauschen. Das Format wurde so gut angenommen, dass es in 2026 fortgeführt wird.



**Ausstellungseröffnung der Wanderausstellung zum Thema Depression**

Zusätzlich veröffentlicht die Kontaktstelle 6-mal im Jahr ihren Selbsthilfe-Newsletter, um Selbsthilfe-Interessierte über aktuelle regionale und überregionale Entwicklungen im Selbsthilfe- und Gesundheitsbereich zu informieren. Interessierte erhalten diesen per Mail oder können sich in einer App registrieren und den Newsletter abonnieren.



## 5. Netzwerk und Kooperationen

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle nimmt an überregionalen Arbeitskreisen teil, um sich mit Kolleg\*innen und anderen Akteur\*innen über die Entwicklung der Selbsthilfe auszutauschen. Darüber hinaus sind die Mitarbeitenden in regionalen Gremien und Arbeitskreisen aktiv, um dort das Thema Selbsthilfe und die Anliegen von Selbsthilfeaktiven zu vertreten:

Überregional	Borken	Coesfeld
AK Selbsthilfe-Kontaktstellen, Paritätischer NRW	Kommunale Gesundheitskonferenz	Kommunale Gesundheitskonferenz
Landesweiter AK Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW, KOSKON NRW	Sozialpsychiatrischer Verbund	AK Erwachsenenpsychiatrie
AK Münsterland der Selbsthilfe-Kontaktstellen	AK KonTur	
Regionaltreffen der Selbsthilfe-Kontaktstellen Westfalen-Lippe	Selbsthilfefreundliches Krankenhaus	

Die Zusammenarbeit mit Profis im Gesundheits- und Sozialwesen ist ein ebenso wichtiger Teil der Arbeit der Selbsthilfe-Kontaktstelle wie die Kooperation mit den örtlichen Beratungsstellen, den kommunalen Sozial- und Gesundheitsverwaltungen und den Medien. Überregional hat besonders die Zusammenarbeit mit den Koordinationsstellen für Selbsthilfeunterstützung auf Landes- und Bundesebene (KOSKON, NAKOS) einen hohen Stellenwert. Besondere Erwähnung verdient das Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“, das die Selbsthilfe-Kontaktstelle gemeinsam mit Selbsthilfegruppen aus dem Kreis Borken und dem Lukas – Krankenhaus in Gronau umsetzt.

## 6. Ausblick 2026

Für 2026 sind erneut kostenlose Angebote und Veranstaltungen für Selbsthilfe-Aktive und Interessierte geplant. Informationen zu unseren Angeboten erhalten Interessierte auf unserer Webseite, durch unseren Newsletter und aus der Lokalpresse. Die in der Selbsthilfe-Kontaktstelle erfassten Selbsthilfegruppen werden zusätzlich über einen Mail-Verteiler angeschrieben. Zusätzlich planen die Selbsthilfe-Sprechenden gemeinsam mit den Fachkräften eine Selbsthilfe-Werkstatt zu etablieren. Ziel ist es, dass die Selbsthilfe-Aktiven in ca. 3 bis 4 Treffen im Jahr zu einem aktuellen Thema (z. B. Öffentlichkeitsarbeit) in den Austausch gehen. Gruppen können von diesem Austausch besonders profitieren, da sich daraus Best-Practice-Strategien für die eigene Gruppenarbeit ableiten lassen.

<b>Januar</b>	Informationen zur Pauschalförderung	<b>August</b>	GEHspräche Kreis Borken
<b>April</b>	Gesamttreffen Kreis Borken	<b>September</b>	16.09. Tag der Selbsthilfe
<b>Mai</b>	GEHspräche Kreis Coesfeld	<b>Dezember</b>	Gesamttreffen Kreis Coesfeld

# Impressum

## **Herausgeber**

Der Paritätische  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld / Kreis Borken  
Süringstraße 40  
48653 Coesfeld  
Tel.: 02541 92 60 222  
selbsthilfe-coesfeld-borken@paritaet-nrw.org  
[www.paritaetischer-coesfeld.de](http://www.paritaetischer-coesfeld.de)

## **Redaktion und Layout**

Nicole Nickel & Sabine Bahr  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Coesfeld / Kreis Borken

## **Erschienen**

April 2026