

# Jahresbericht 2010

**Selbsthilfebüro**

**KORN** e. v.

# Inhalt

---

<b>Das Selbsthilfebüro KORN e. V.</b>	<b>3</b>
Träger .....	3
Ehrenamtlicher Vorstand .....	3
Mitglieder.....	3
Mitgliedsbeiträge.....	3
Hauptamtliche Mitarbeiterinnen.....	5
Kontaktzeiten .....	7
<b>Finanzen</b>	<b>8</b>
Unterstützung der Uniklinik und Universität Ulm.....	8
Projektmittel .....	8
Jahresabschluss 2010 .....	9
<b>Aufgabenfelder des Selbsthilfebüro KORN e. V.</b>	<b>10</b>
<b>Information und Vermittlung .....</b>	<b>10</b>
Entwicklung der Anfragen über die Monate .....	11
Wer fragte nach? .....	12
Was wurde vermittelt?.....	12
Woher kamen die Infosuchenden? .....	13
<b>Selbsthilfeunterstützung .....</b>	<b>14</b>
Gruppengründungen .....	14
Beratung zu finanzieller Förderung nach § 20 c SGB V .....	15
Gesundheits- und Infotage .....	15
Fortbildungsprogramm für Selbsthilfeaktive .....	16
Arbeitskreis (AK) Initiativen-Forum und Feuerwehrtopf .....	18
Räume für Gruppentreffen .....	21
<b>Vernetzung .....</b>	<b>22</b>
Projekte und Aktionen in Gemeinschaftsarbeit .....	22
Mitarbeit in Ausschüssen und Arbeitsgemeinschaften .....	23
<b>Öffentlichkeitsarbeit</b>	<b>24</b>
Selbsthilfe Zeitung .....	24
Werbemedien des Selbsthilfebüro KORN .....	24
Eigene Veranstaltungen / Mitarbeit in Planung und Organisation.....	25
Vorträge / Präsentationen / Infostände .....	26
Besuche von Kongressen, Tagungen, Weiterbildungen und Jubiläen .	28
<b>Impressum</b>	<b>30</b>

## Das Selbsthilfebüro KORN e. V.

---

### Träger

Das Selbsthilfebüro KORN (Koordinationsstelle Regionales Netzwerk) besteht seit 1989 und ist seit 1996 ein eingetragener, als gemeinnützig anerkannter Verein. Mit der Universität Ulm verbindet das Selbsthilfebüro KORN ein Kooperationsvertrag. Das Selbsthilfebüro KORN ist der Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie Ulm zugeordnet, die seit März 2010 unter der Leitung von Herrn Prof. Dr. med. Harald Gündel steht.

### Ehrenamtlicher Vorstand

Turnusgemäß wurde der Vorstand des Selbsthilfebüro KORN e. V. auf der Mitgliederversammlung am 6. Mai 2010 neu gewählt, auf zwei Jahre.

Prof. Dr. Dr. Horst Kächele	1. Vorsitzender
Prof. Dr. Dr. Peter Novak	stellvertretender Vorsitzender
Brigitte Schwer	Schriftführerin
Rosemarie Dollner	Schatzmeisterin
Gertrud Schwartz	Beisitzerin
Kurt Ziegler	Kassenprüfer

### Mitglieder

Anzahl der Vereinsmitglieder: 53

### Mitgliedsbeiträge

Einzelpersonen	10,00 € / Jahr
nicht geförderte Gruppen	26,00 € / Jahr
geförderte Gruppen	52,00 € / Jahr

## „Ulmer Band“ für unsere Vorstandsfrau Gertrud Schwartz

Das Selbsthilfebüro KORN hatte Frau Gertrud Schwartz für die Auszeichnung mit dem „Ulmer Band“ vorgeschlagen. Der Vorstand der Ulmer Bürger Stiftung hat unseren Vorschlag berücksichtigt und Frau Schwartz als eine von fünf Bürgerinnen und Bürger ausgesucht, die am 26. März 2010 mit dem „Ulmer Band“ der Stadt Ulm gewürdigt wurden. Mit dem „Ulmer Band“ werden jährlich langjährig ehrenamtlich tätige Bürgerinnen und Bürger ausgezeichnet, die sich um das politische, kulturelle, religiöse, soziale und gesellschaftliche Leben der Stadt Ulm verdient gemacht haben.

Wir gratulieren Frau Schwartz recht herzlich zu dieser Auszeichnung, die sie erhielt für ihr jahrelanges Engagement in der Rheuma-Liga, im Besuchsdienst des RKU, im Vorstand des Selbsthilfebüro KORN und bei der Bürgeragentur ZEBRA.



Verleihung „Ulmer Band“



Gertrud Schwartz mit OB Ivo Gönner



### Arbeiten für Andere

Oberbürgermeister Gönner verleiht vier verdienten Ehrenamtlichen das Ulmer Band

Die Ulmer Bürgerstiftung hat vier verdiente Bürger mit dem „Ulmer Band“ ausgezeichnet. Darüber hinaus erhielten 14 Vereine und Initiativen Zuschüsse in Höhe von insgesamt 41 5000 Euro.

Ulm. Aktiv sein für Andere und das über Jahre hinweg – das ist ein Versprechen von Loretta Bernick, Anja Gönner, Ulmer-Tisch, Gertrud Schwartz und Inge Klipp. Die Engagement ist jetzt von der Ulmer Bürgerstiftung gewürdigt worden. Diese Vorstandsfrau der Ulmer Bürgerstiftung im Oktober, anerkennen sie alle im Rahmen einer Feier im Ulmer Rathaus mit dem „Ulmer Band“ aus.

Die Aktivitäten von Loretta Bernick sind vielfältig. Sie arbeitet ehrenamtlich für die Aktion „Wärmehilfe“ im Frauenoberschulzentrum und im Verein „Trennen – für ein Leben im Würde ihrer Partnerin“. Andrea Gönner-Bernick wurde für ihr langjähriges Engagement als Vorsitzende im Arbeitskreis „Angehörige Kinder“ geehrt. Gertrud Schwartz erhielt das Ulmer Band wiederum für eine Vielzahl von Aktivitäten für den Besuchsdienst der Rheuma-Liga, den Besuchsdienst für Kranke Kinder im den Selbsthilfebüro KORN und im der Bürgeragentur Zebra. Inge Klipp wurde für seine langjährige Aktivitäten am dem Zusammenbau von „Alte und Jung“, eine als Vorsitzende der Ver-

einigen Jahr Löhng und Alt – Zukunft zusammen“, geehrt.

Die Ulmer Bürgerstiftung unterstützt ehrenamtliche, Organisations und Vereine, die sich um das Gemeinwohl verdient machen. Ziel ist es, dass die Stiftung angesprochen und Vereine die vom Stiftungsvorstand ausgewählten Projekte unterstützen, um ihre Förderung anzuregen. Die Zuwendungen werden jeweils als Zuschuss oder Anerkennung vergeben. Kürzlich wurden im Rahmen der Feier im Rathaus an 14 Projekte insgesamt 41 500 Euro ausgeschüttet. Im Einzelnen sind dies:

- Der Landbauernverband Württemberg-Baden. Er erhält 1000 Euro als Anerkennungsgeldzuschuss anlässlich des 25-jährigen Bestehens des ehrenamtlichen Bildungs- und Sozialwerks.
- Die BUND-Gruppe Ulm-Mitte erhält 2000 Euro als Zuschuss zum

Projekt „Nur in Reibeweise“ – Hochhaus für ein Sommerfest.

- Der Frauenrat Ulm erhält 2000 Euro anlässlich des 20-jährigen Bestehens der städtisch-deutschen Frauenfreundschaft.
- Die Tiervereinsgruppe Ulm/Neu-Ulm. 2000 Euro anlässlich des 25-jährigen Bestehens des Vereins.
- Die eh bekommt 3000 Euro anlässlich des 30-jährigen Bestehens der Heile Bone.
- Ehrenamtliche Hilfe: Kinder Ulm/Neu-Ulm. 4000 Euro anlässlich des 40-jährigen Bestehens im Jahr 2011, verbunden mit der Erneuerung der Gärtnerei.
- Gönner-Verein Schule. Schule für Gerüstschneider. 1000 Euro als Zuschuss für die Special Olympics National Games im Juni.
- Amn Eisenband Ulm. 1000 Euro anlässlich des 25-jährigen Bestehens des Jugendberufshilfeprojekts „Lernen und Arbeiten im Umweltsport“.
- Frauen Initio Prozess. 3000 Euro anlässlich des 30-jährigen Bestehens des Frauenhauses Ulm.
- Förderverein Ulm bewacht Ulm. 3000 Euro anlässlich des 20-jährigen Bestehens.
- Musikverein Ulm-Göppingen – Stadtkapelle Ulm. 5000 Euro anlässlich des 90-jährigen Bestehens.
- Orchester Ulm. 10 000 Euro anlässlich des 50-jährigen Bestehens.
- Evangelische Christenkirchengemeinschaft Ulm-Göppingen. 10 000 Euro für das Bildungsprojekt „Jugendberufshilfe“ im Hag-Neubau. „

## Hauptamtliche Mitarbeiterinnen

Mitarbeiterin	Qualifikation, Stellenrahmen	Aufgabengebiet u.a.:
<b>Agnes Fackler</b>	Verwaltungsangestellte bis 31. Januar: 100 % ab 01.03. bis 31.12., 14 %	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Information / Vermittlung, Datenpflege</li> <li>- Selbsthilfe-Unterstützung</li> <li>- Öffentlichkeitsarbeit</li> <li>- Verwaltung</li> </ul>
<b>Nina Repky</b>	Dipl. Sozialarbeiterin (FH), 80 % 01.01. bis 17.05.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Information / Vermittlung, Datenpflege</li> <li>- Selbsthilfe-Unterstützung</li> <li>- Öffentlichkeitsarbeit</li> <li>- Verwaltung</li> <li>- Projekte / Aktionen</li> </ul>
<b>Lydia Rings-handl</b>	Dipl. Sozialarbeiterin / Dipl. Sozialpädagogin (FH), 80 % 01.06. bis 31.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Information / Vermittlung, Datenpflege</li> <li>- Selbsthilfe-Unterstützung</li> <li>- Öffentlichkeitsarbeit</li> <li>- Verwaltung</li> <li>- Projekte / Aktionen</li> </ul>
<b>Nadja Gresz</b>	Studentin der „Georg-Simon-Ohm Hochschule“ in Nürnberg Blockpraktikum 02.08. bis 26.08.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Datenpflege</li> <li>- Öffentlichkeitsarbeit</li> </ul>
<b>Karin Elsäßer</b>	Dipl. Sozialarbeiterin (FH), 75 % 01.01. bis 31.12.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbsthilfe-Beratung</li> <li>- Gremienarbeit</li> <li>- Öffentlichkeitsarbeit</li> <li>- Projekte / Aktionen</li> <li>- Geschäftsführung</li> </ul>
<b>Anita Radi-Pentz</b>	Dipl. Sozialarbeiterin (FH), stundenweise auf Honorarbasis	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projekte / Aktionen</li> <li>- Internetauftritt</li> <li>- Grafische Umsetzung von Printmedien</li> </ul>

## **Agnes Fackler tritt ein in eine neue Lebensphase - Würdigung unserer langjährigen Mitarbeiterin**

Die erste Arbeitskreis-Sitzung des Jahres im Februar nahmen wir zum Anlass, Agnes Fackler und ihre Arbeit für das Selbsthilfebüro KORN zu würdigen. Agnes war in der Universitätsabteilung Medizinische Soziologie bereits mit den Aufgaben einer Selbsthilfekontaktstelle betraut gewesen, bevor das Selbsthilfebüro KORN gegründet worden war. Im Januar 2010 hat sie nach weit über 20 Jahren Mitarbeit das Rentenalter erreicht. Prof. Dr. Dr. Novak hielt eine kurze Ansprache. Besonders stellte er heraus, dass die Finanzierung der Stelle von Agnes öfters in Gefahr gewesen war. Weil jedoch das Selbsthilfebüro KORN viele Fürsprecher gehabt hatte, konnte der Verein 2009 sein 20-jähriges Jubiläum feiern. Obwohl der Stuhl von Agnes also ein recht wackliger war, hat sie dem Selbsthilfebüro KORN die Treue gehalten und ihre Aufgaben immer von ganzen Herzen erledigt. In den letzten Jahren ist die Finanzierung der Selbsthilfe durch den § 20c SGB V sicherer geworden. So können wir drauf hoffen, dass wir Agnes noch eine Weile auf 400€-Basis beschäftigen können. Deshalb müssen wir noch nicht von Abschied schreiben.

Anita Radi-Pentz verlas ein Gedicht zu Ehren von Agnes, welches ihre ruhige und gelassene Art mit den Hilfesuchenden beschreibt aber auch ihr leidenschaftliches Eintreten für das Selbsthilfebüro KORN e. V.

Karin Elsäßer übergab als Geschäftsführerin im Namen des Selbsthilfebüro KORN e. V. Agnes ein Fotobuch mit Erinnerungsfotos der vergangenen 20 Jahre und einen Geschenkgutschein für ein Schmuckstück von Ehinger-Schwarz. Auch die AK-Mitglieder leisteten ihren Beitrag zur „**Schmuckkollekte**“. So konnte sich Agnes ein Schmuckstück kaufen, zum Andenken an die Zeit beim Selbsthilfebüro KORN. Dafür bedankte sie sich bei allen AK-Mitgliedern ganz herzlich. Der Abend klang aus mit interessanten Gesprächen bei Pizza, Salaten und Tiramisu an den runden Tischen der Cafeteria „Am Hochsträß 8“.



## Kontaktzeiten

Für Hilfesuchende waren die Mitarbeiterinnen des Selbsthilfebüro KORN telefonisch und persönlich erreichbar:

- bis 9. März 2010:  
Am Hochsträß 8, Universitätsklinikum Ulm,
- ab 10. März:  
Frauensteige 6, Universitätsklinikum Ulm am Michelsberg.

**Montag - Mittwoch 10:30 – 12:30 Uhr**

**Montag - Mittwoch 14:00 – 16:00 Uhr**

**Donnerstag 14:00 – 17:30 Uhr**

**Persönliche Beratung,** nach terminlicher Absprache

- im Büroraum des Selbsthilfebüro KORN „Am Hochsträß 8“, ab März in der „Frauensteige 6“ oder
- im FamilienZentrum Neu-Ulm, Kasernstraße 54 in Neu-Ulm.

Zuständig für die persönliche Beratung war schwerpunktmäßig Karin Elsäßer.

Lydia Ringshandl und Karin Elsäßer



## Finanzen

---

### Unterstützung der Uniklinik und Universität Ulm

Das Universitätsklinikum Ulm, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie stellt dem Selbsthilfebüro KORN einen Büroraum und für Arbeitskreis-Treffen einen Besprechungsraum unentgeltlich zur Verfügung.

Auch die Finanz- und Personalbuchhaltung wurde im Jahr 2010 ohne Kostenerstattung von der Universität Ulm getätigt.

### Projektmittel

#### Projektmittel flossen für folgende Vorhaben

(Beträge sind in Finanzaufstellung mit enthalten, siehe Seite 11)

Gesundheits-Info-Dienst, Jahresbeitrag	Landkreis Alb-Donau
halbtägige Fortbildung „Therapeutisches Schreiben“	Landkreis Alb- Donau
Faltblatt für das Fortbildungs- Programm 2010	ARGE und Vdek Bayern
„Generationenwechsel in der Selbsthilfe“, halbtägige Fortbildung	ARGE und Vdek Bayern
„Ehrenamtliches Engagement und psychische Balance“, eintägige Fortbildung	ARGE und Vdek Bayern
Plakate und Öffentlichkeitsarbeit	BKK VerbundPlus

Das Falblatt für Multiplikatoren wurde 2009 gefördert von der ARGE und dem Vdek Bayern. Allerdings wurde es erst 2010 erstellt und an alle niedergelassenen Ärzte der Region versandt.

## Jahresabschluss 2010

Vereinsmitglieder und Finanzgeber erhalten die detaillierte Aufstellung der Geldein- und Geldausgänge mit dem Protokoll zur Mitgliederversammlung zugeschickt bzw. mit dem Verwendungsnachweis.

## Aufgabenfelder des Selbsthilfebüro KORN e. V.

---

### Information und Vermittlung

#### Internet Gesundheits-Info-Dienst (GiD)

Die Vermittlung von Selbsthilfegruppen und professionellen Hilfsangeboten ist eine der Hauptaufgaben des Selbsthilfebüro KORN. Die Basis dieser Arbeit bildet die Datenbank „Gesundheits-Info-Dienst“ kurz GiD. Diese Datenbank kann im Internet abgerufen werden unter der Adresse [www.internet-gid.de](http://www.internet-gid.de). Unser Internetauftritt [www.selbsthilfebuero-korn.de](http://www.selbsthilfebuero-korn.de) ist ebenfalls mit dem Gesundheits-Info-Dienst im Internet verlinkt. So können Bürgerinnen und Bürger, die ein Hilfsangebot suchen, dies auch außerhalb unserer Sprechzeiten in der Datenbank GiD finden.

#### Gemeinschaftsprojekt von 14 Landkreisen



Der Internet-GiD ist ein Gemeinschaftsprojekt von 14 Landkreisen in Baden-Württemberg. Die Datenbank Internet-GiD wurde 2008 komplett neu programmiert. Weitere Verbesserungen werden jährlich nachprogrammiert, auf Anregung der Arbeitsgruppe der GiD-Betreuer. Eine Mitarbeiterin des Selbsthilfebüro KORN nimmt regelmäßig an den Treffen dieser Arbeitsgruppe teil und gibt dort Anregungen und Verbesserungsvorschläge zur Datenbank GiD weiter.

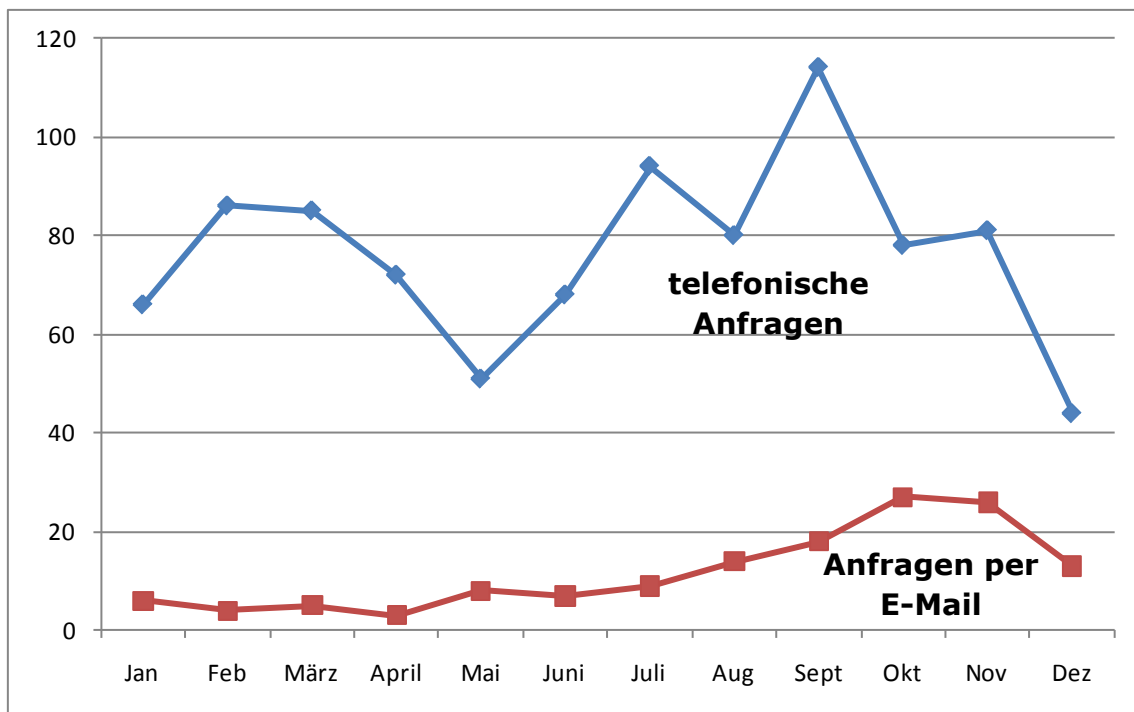
#### Zu 90 % brandaktuell

Eine Datenbank im Internet macht nur Sinn, wenn die Daten aktuell sind. Daran arbeitet unsere Mitarbeiterin Lydia Ringshandl täglich. Jede Kontaktperson eines Angebotes in der GiD wird einmal jährlich durch das Datenbanksystem automatisch angeschrieben. In diesem Schreiben wird der Anbieter aufgefordert, seinen Eintrag zu aktualisieren.

Trotzdem geht das nicht ohne unsere Mitarbeiterinnen. Bei Anbietern, die keine E-Mail-Adresse hinterlegt haben, oder die auf das automatische Schreiben nicht reagieren, haken wir persönlich nach. So konnten wir im Jahr 2010 erreichen, dass 90 % der Daten im Gesundheits-Info-Dienst unserer Region aktualisiert bzw. auf deren Aktualität hin überprüft wurden. Bei ca. 1.000 Einträgen in unserer Region eine beachtliche Leistung.

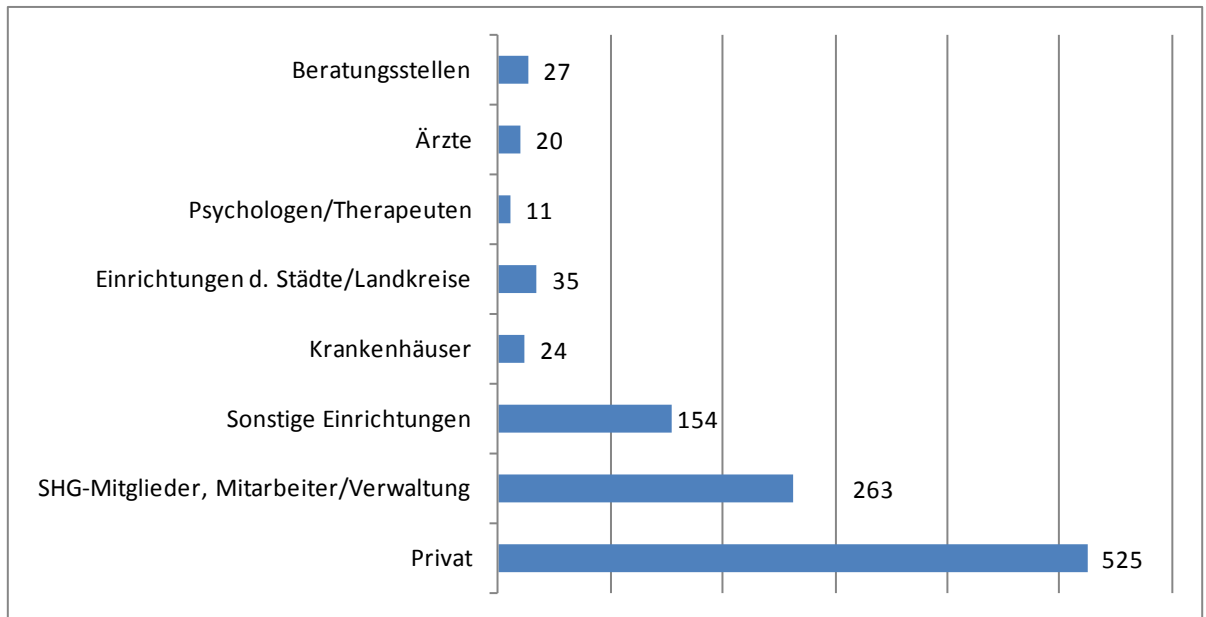
## Entwicklung der Anfragen über die Monate – per Telefon und E-Mail

Im Vergleich zum Vorjahr sind die telefonischen Anfragen leicht zurückgegangen (2009: 1.020). Die Anfragen über E-Mail haben sich im Vergleich zum letzten Jahr verdoppelt (2009: 70). Möglicherweise lag es an unserem neuen Telefonanschluss. Wir vermuten, dass die Anfragen eher per E-Mail gestellt wurden, wenn die Hilfesuchenden mit unserer alten Telefonnummer keinen Anschluss bekamen. Insgesamt ist die Anzahl der Anfragen in etwa gleich geblieben (2009: 1090).

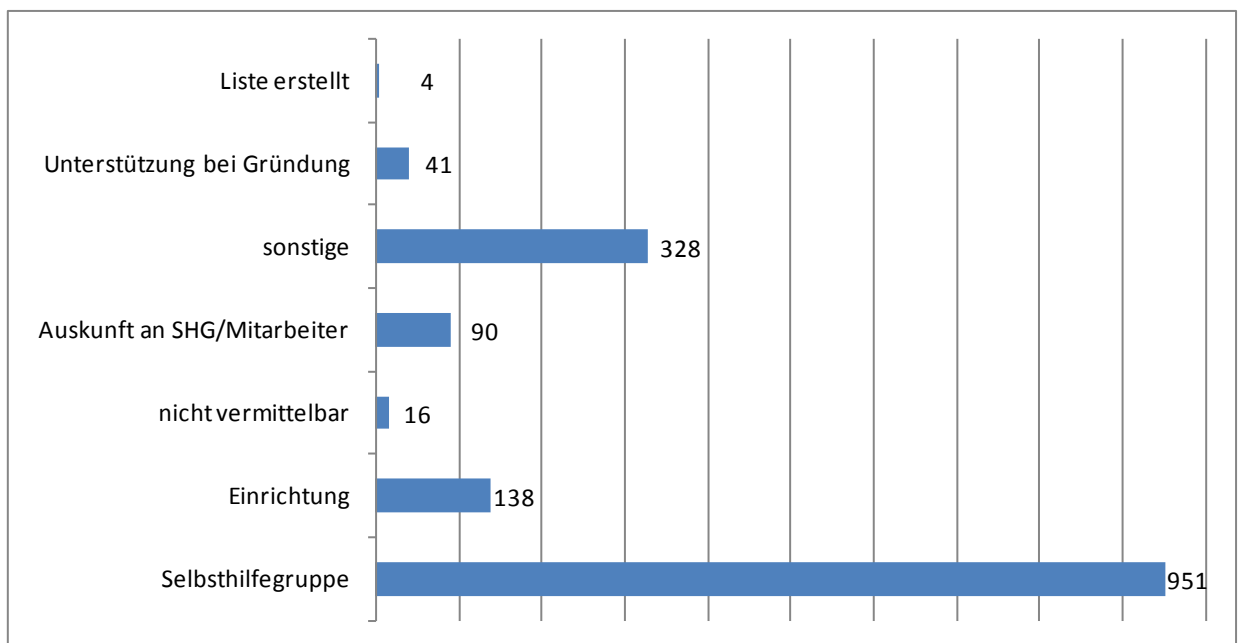


	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez	
<b>Tel.</b>	66	86	85	72	51	68	94	80	114	78	81	44	<b>919</b>
<b>Mail</b>	6	4	5	3	8	7	9	14	18	27	26	13	<b>140</b>
<b>gesamt</b>	72	82	90	75	59	75	103	94	132	105	107	57	<b>1.059</b>

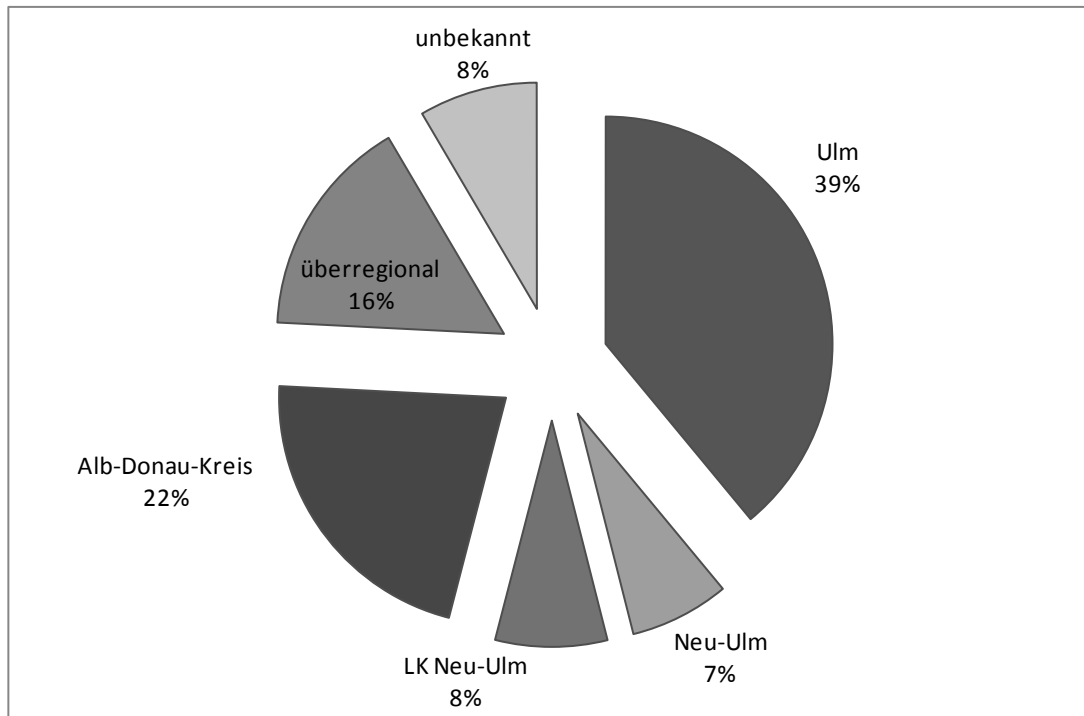
### Wer fragte nach?



### Was wurde vermittelt?



## Woher kamen die Infosuchenden?



In diesem Jahr haben sich die Zahlen leicht verschoben zugunsten der Anfragen aus dem Alb-Donau-Kreis und der Stadt Ulm. Auch die Anfragen von Menschen, die nicht in unserem Einzugsgebiet wohnen, haben um 2% zugenommen.

## Selbsthilfeunterstützung

### Gruppengründungen

**Im Jahr 2010 wurde bei den Mitarbeiterinnen des Selbsthilfebüro KORN zu folgenden Themen um Hilfe bei Gruppengründungen angefragt:**

- Blasenkrebs
- Burnout-Syndrom und Depression
- Eltern hörgeschädigter Kleinkinder
- Eltern krebskranker Jugendlicher
- Essstörungen, bei /nach ambulanter Therapie
- Kaufsucht
- Lungenkrebs
- Osteoporose
- Pflegende Angehörige nach Herzinfarkt
- Psychische Erkrankung, Psychiatrie-Erfahrung
- Sarkoidose
- Schlafstörungen
- Schüchterne Menschen
- Trennung und Scheidung
- Übergewicht

#### **Gruppen, die sich 2010 selbständig gegründet haben:**

- Marions TTP-Selbsthilfegruppe (Thrombotisch-thrombozytopenische Purpura)
- Schwule Väter
- Mütter von Mischlingskindern
- Gesprächskreis „Gesünder Leben“

**Mit Unterstützung des Selbsthilfebüro KORN und mit finanzieller Unterstützung aus dem Feuerwehrtopf (FWT) sind diese neuen Selbsthilfegruppen entstanden:**

- S.L.A.A. Anonyme Sexsüchtige und Liebessüchtige
- Treffpunkt Alleinlebende 40+
- Eltern hörgeschädigter Kleinkinder
- Lungenkrebs

## Beratung zu finanzieller Förderung nach § 20 c SGB V

Die Mitarbeiterinnen des Selbsthilfebüro KORN haben neu entstandene und bestehende Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich über die Fördermöglichkeiten nach § 20 c SGB V informiert, mittels Infoschreiben und in Beratungsgesprächen.

### Formulare und Hilfe beim Ausfüllen

Selbsthilfegruppen können von uns die **Formulare** erhalten sowohl als Datei, als auch in Papierform:

- der kassenartenübergreifenden Förderung (Pauschalförderung) und
- der kassenindividuellen Förderung (Projektförderung)

Beide Förderanträge der Krankenkassen in Baden-Württemberg können von unserem Internetauftritt heruntergeladen werden. Ebenso können dort die bayerischen Gruppen den Antrag, das Merkblatt und das Formular zum Verwendungsnachweis für den „Runden Tisch“ downloaden:

**[www.selbsthilfebuero-korn.de](http://www.selbsthilfebuero-korn.de)**

Benötigt eine Selbsthilfegruppe beim Ausfüllen der Förderanträge Unterstützung, sind wir gerne bereit, hierbei behilflich zu sein.

## Gesundheits- und Infotage

Das Selbsthilfebüro KORN e. V. **verleiht** für Öffentlichkeitsaktionen an Selbsthilfegruppen **kostenlos Stellwände, Stehtische, Stehhilfen und Prospekte-Ständer**. Ist das Selbsthilfebüro KORN ebenfalls auf einer Infoveranstaltung vertreten, kümmern sich die Mitarbeiterinnen auch um den Transport der Utensilien und helfen den Gruppen beim Aufbau der Stände.

Viele Selbsthilfegruppen nutzen gerne die Gelegenheit, sich bei zahlreichen Info- und Gesundheitstagen in der Region vorzustellen. Jedoch hat nicht jede Selbsthilfegruppe genügend Mitglieder, um sich selbst zu präsentieren. Oft ist es den Betroffenen auch zu viel, tagelang einen Infostand zu besetzen. Das Selbsthilfebüro KORN legt gerne in solchen Fällen „in Vertretung“ Infomaterial am eigenen Stand aus und informiert Interessierte über das gesamte Spektrum der Selbsthilfegruppen in unserer Region.

## Fortbildungsprogramm für Selbsthilfeaktive

Ein Schwerpunkt 2010 war wieder die Fortbildungsreihe für Menschen, die in Selbsthilfegruppen aktiv sind. Vielfältig und praxisnah sollen die Angebote sein. Das ist uns gelungen – das ist unser Eindruck und das zeigen die Rückmeldungen. In diesem Jahr waren wir gezwungen einen kleinen Eigenanteil zu den Fortbildungen zu erheben, um unsere Eigenmittel zu erhöhen. Für eintägige Fortbildungen betrug der Eigenanteil 20,00 €, für halbtägige Fortbildungen 10,00 €. Darin enthalten waren die Getränke und ein kleiner Imbiss.

### „Den Flügeln Wind sein.“

#### **Beratende Telefongespräche erfolgreich führen.**

Referent: Dr. Stefan Plöger

Samstag, 30. Januar 2010, 10:00 bis 17:00 Uhr

Beratende Telefongespräche brauchen eine gute Balance zwischen dem Bewusstsein der eigenen Rolle und der Bereitschaft, das Anliegen von Anrufenden aufzunehmen. Der Kurs thematisierte die Spannungsfelder von zuhören und begrenzen, von Selbstverständnis und Aufklärung.

### „Recht für Selbsthilfegruppen“

Referentin: Karin Elsässer

Samstag, 19. Juni 2010, 13:30 bis 17:00 Uhr

Bei dieser Fortbildung wurden rechtliche Zusammenhänge für Selbsthilfegruppen dargestellt, die kein eingetragener Verein sind. Haftungsfragen, Versicherungsfragen, Presserechtsfragen bei Veröffentlichungen, Konto, Steuern, Spenden, Sponsoring und Förderung waren Thema.



**„Lebendige Gruppenarbeit in der Selbsthilfe“**

Referent: Bernhard Schellenberger

Samstag, 02. Oktober 2010, 10:00 bis 16:00 Uhr

Inhalte waren: Wie kann die (Mit-)Gestaltung der Gruppendynamik die Ziele der Selbsthilfe hilfreich unterstützen? Wie können Konflikte in der Gruppe konstruktiv bewältigt werden?

**„Schreiben tut gut“**

Referentin: Anita Radi-Pentz

Samstag, 16. Oktober 2010, 13:30 bis 17:00 Uhr

Schreiben ist eine Art sich auszudrücken, ob als Tagebuch, Autobiografie oder Roman. Im Seminar erfuhren die Teilnehmer über die Therapeutische Wirkung des Schreibens und bekamen Tipps wie Sie damit anfangen, weitermachen und dranbleiben.

## Arbeitskreis (AK) Initiativen-Forum und Feuerwehrtopf

### AK Initiativen-Forum

Jeden ersten Donnerstag im Monat von 18:00 bis 20:00 Uhr finden die Treffen des Arbeitskreises Initiativen-Forum statt. Wegen der Sanierungsarbeiten im Gebäude der Hochschule für Gestaltung, Am Hochsträß 8 konnten wir den Raum 214 nur bis einschließlich September 2010 nutzen. Im Oktober und November 2010 traf sich der Arbeitskreis im FamilienZentrum Neu-Ulm, Kasernstraße 54.

Die Treffen des Arbeitskreises Initiativen-Forum stehen jedem offen, der sich über die Arbeit in Selbsthilfegruppen austauschen möchte. Der Arbeitskreis wird vom Selbsthilfebüro KORN organisiert.

### Der AK übers Jahr

- Unser diesjähriges AK-Sommerfest genossen wir im Juli in einer kleinen gemütlichen Runde bei Anita Radi-Pentz in Erbach / Wernau. Das Wetter verwöhnte den AK mit strahlendem Sonnenschein.
- Im Oktober AK informierte uns Dr. Regina Kurth über die Aufgaben des Behandlungszentrums für Folteropfer Ulm (BFU).



- Die Weihnachtsfeier im Dezember haben wir in der Gaststätte Blaufleisch in Ulm-Söflingen gefeiert. Bei zünftigen Gerichten kamen in gemütlicher Runde nette Gespräche zustande.

## Weihnachtsmarktstand der Stadt Ulm

Im Arbeitskreis geben wir jedes Jahr bekannt, dass die Stadt Ulm einen Stand auf dem Weihnachtsmarkt bereithält, den Soziale Einrichtungen und Selbsthilfegruppen gegen eine geringe Standgebühr von 10,00 € nutzen können, zum Verkauf von selbst hergestellten Geschenken. Frau Rudolf mit der Gruppe „Treffpunkt für junge Menschen mit Epilepsie“ verkaufte mit der Gruppe selbst gekochte Marmeladen und Plätzchen. Das Buch der Gruppe „Ein beinahe fast normales Leben“ war ebenfalls am Stand erhältlich. Darin erzählen 14 Mitglieder der Gruppe von ihren schönen und weniger schönen Erlebnissen im Alltag mit ihrer Krankheit.

Ich liege da

Ich liege da  
Leute gucken  
Ich liege da  
Leute schauen  
Ich liege da  
Leute glotzen  
Ich liege da  
Leute gaffen

Ich lieg´ am Boden  
Leute werden hektisch  
Ich lieg´ am Boden  
Leute bekommen Panik  
Ich bin am Boden zerstört  
Leute bekommen Angst

Ich bin am Ende  
Leute rennen vor Angst weg  
Ich bin am Ende  
Leute denken ich nehme sie nicht wahr ...

Dani

Aus:  
„Ein beinahe fast normales Leben. Junge Menschen erzählen aus ihrem Alltag mit Epilepsie“, herausgegeben von Susanne Rudolph

Für das Buch „Ein beinahe fast normales Leben“ wurden die 14 Autoren und die Herausgeberin mit dem Sibylle-Ried-Preis 2009 ausgezeichnet.

Infos zur Gruppe und zum Buch unter:

[www.junger-treffpunkt-epilepsie.de](http://www.junger-treffpunkt-epilepsie.de)

**Nachruf**

Am 16. November 2010 verstarb überraschend Edd Gehrold im Alter von 71 Jahren. Er war viele Jahre aktiv dabei im AK Initiativen-Forum sowie in der Gruppe Wirbelsäulengeschädigte. Wir behalten ihn in guter Erinnerung.



**Feuerwehrtopf**

Der Feuerwehrtopf ist ein Fördertopf, der Gruppen aus der Region Ulm / Neu-Ulm / Alb-Donau in der Gründungsphase unterstützt. Auch Fortbildungen und Aktionen von mehreren Gruppen können bezuschusst werden. Der Feuerwehrtopf wird aus Spendenmitteln, vor allem der Südwest Presse „Aktion 100.000 und Ulmer hilft“ gespeist.

**Das Feuerwehrtopf-Gremium bestand im Jahr 2010 aus folgenden Selbsthilfeaktiven des Arbeitskreises:**

- Rosemarie Dollner, Schatzmeisterin des Selbsthilfebüro KORN e. V.
- Klaus Gaissmayer, Kreuzbundgruppe Weißenhorn
- Brigitte Schwer, Schriftführerin des Selbsthilfebüro KORN e. V.
- Agnes Fackler, Selbsthilfebüro KORN e. V.
- Otto Linke, Kneipp Verein

Dieses Jahr hielten sich die Anträge an das Feuerwehrtopf-Gremium in Grenzen, wie man aus der unten stehenden Tabelle entnehmen kann. Das Gremium macht es sich nicht leicht mit der Geldvergabe. Oft wird nach der AK-Sitzung lange beraten und über die Förderung entschieden. Wir bedanken uns bei den Mitgliedern des Gremiums für ihre engagierte Arbeit.

**Folgende Gruppen erhielten eine Unterstützung aus dem Feuerwehrtopf:**

Polio Selbsthilfe e. V. Region Donau / Iller	300,00 €
Kreuzbund Weißenhorn	290,00 €
S.L.A.A. Ulm - Anonyme Sexsüchtige und Liebessüchtige	300,00 €
<b>Gesamtförderung im Jahr 2010</b>	<b>890,00 €</b>

## Räume für Gruppentreffen

### Raum für Selbsthilfegruppen im FamilienZentrum Neu-Ulm

Über das Selbsthilfebüro KORN steht Selbsthilfegruppen im FamilienZentrum Neu-Ulm die Nutzung eines hellen, ansprechenden Gruppenraumes ca. dreimal die Woche zur Verfügung. In Ausnahmefällen kann der große Gruppenraum auch am Wochenende durch Selbsthilfegruppen belegt werden. Die Raumplanung vor Ort lag in der Hand von Frau Juliane Ott, der Koordinatorin des FamilienZentrum Neu-Ulm. 2010 nutzten **sieben Selbsthilfegruppen** die Räume regelmäßig. Die Gruppen zahlen 8,- € Raumnutzungsgebühr pro Treffen an das Selbsthilfebüro KORN. Diese Nutzungsgebühr ermäßigt sich auf 6,- €, wenn die Gruppe Mitglied beim Verein Selbsthilfebüro KORN ist.

### Neuer Gruppenraum in Ulm

Wir haben lange nach einem geeigneten Raum für Selbsthilfegruppentreffen in Ulm gesucht. Ab dem 1. Februar 2010 hat das Selbsthilfebüro KORN, dank der Projektgelder der Krankenkassen aus dem Jahr 2006 einen neuen, barrierefreien Gruppenraum in Ulm für Selbsthilfegruppentreffen angemietet. Der Raum ist sehr schön möbliert und mit einer kleinen Küchenzeile und separater Toilette ausgestattet. Er befindet sich im Podlaszewski Haus in der Straße „Am Eselsberg 47“ in Ulm. Zweimal wöchentlich, jeweils Montag und Freitag ab 14:00 Uhr stand dieser Raum interessierten Selbsthilfegruppen zur Verfügung.

Leider hat sich bis Ende 2010 keine Gruppe für diesen Raum interessiert. Aus diesem Grund haben wir den Nutzungsvertrag mit den Paritätischen Sozialdiensten aufgelöst.

### Raumliste

Das Selbsthilfebüro KORN führt eine Liste von Einrichtungen der Region, die Räume an Gruppen vermieten. Diese ist bei uns im Büro erhältlich und kann bei Bedarf angefordert werden.

## Vernetzung

### Projekte und Aktionen in Gemeinschaftsarbeit

<b>Projekt / Aktion</b>	<b>Kooperationspartner</b>
Stadtteilstadtfest Innenstadt Ost Neu-Ulm	AK Innenstadt Neu-Ulm
Internet-Gesundheits-Info-Dienst (GID)	Arbeitskreis GID-Betreuer
„Selbsthilfe-Info-Café“	FamilienZentrum Neu-Ulm
Austausch über Aktivitäten zur Selbsthilfe-Unterstützung	Landratsamt Alb-Donau
Aktionstag der Menschen mit Behinderung	Stadt Ulm
Zweite Ulmer Freiwilligenmesse	vh-ulm, Bürgeragentur ZEBRA
Selbsthilfebroschüre für den Raum Biberach / Neu-Ulm / Ulm	AOK Ulm / Biberach

## Mitarbeit in Ausschüssen und Arbeitsgemeinschaften

**Das Selbsthilfebüro KORN hat 2010 in folgenden Ausschüssen und Arbeitsgemeinschaften mitgewirkt:**

- **LAG KISS, Arbeitskreis Kontaktstellen Baden-Württemberg** (Landesarbeitsgemeinschaft der Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen)  
Teilnahme: Karin Elsäßer
- **LAG KISS, Arbeitskreis Selbsthilfeunterstützung Ba-Wü** (Landesarbeitsgemeinschaft der Kontakt- und Informationsstellen für SHG)  
Teilnahme: Lydia Ringshandl
- **Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern e. V.** (vormals Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe in Bayern)  
Teilnahme: Karin Elsäßer
- **Arbeitskreis für Menschen mit Behinderungen der Stadt Ulm**  
Teilnahme: Karin Elsäßer
- **Arbeitskreis Psychiatrie Alb-Donau-Kreis**  
Teilnahme: Agnes Fackler, Lydia Ringshandl
- **Aktionskreis Menschen mit Behinderung**  
Teilnahme: Karin Elsäßer
- **Arbeitskreis Patientenvertretung am CCCU** (Comprehensive Cancer Center Ulm)  
Teilnahme: Karin Elsäßer, Lydia Ringshandl
- **Regionale Fördergemeinschaft Ulm-Biberach der ARGE Selbsthilfe-Förderung Baden-Württemberg**  
Beratende Teilnahme am Vergabe-Ausschuss: Karin Elsäßer

# Öffentlichkeitsarbeit

---

## Selbsthilfe Zeitung

Die siebte Ausgabe der Selbsthilfe Zeitung gaben wir im Herbst 2010 in einer Auflage von 4.000 Stück heraus. Sie finden einen verkleinerten Abdruck davon im Anhang.

## Werbemedien des Selbsthilfebüro KORN

Durch unseren Umzug am 10. März 2010 in die neuen Räumlichkeiten in der Frauensteige 6 im Klinikbereich Michelsberg änderte sich unsere Anschrift. Für die Internetnutzung musste ein eigener Telefonanschluss gelegt werden. Diese Änderung unserer Kontaktdaten machten die Erneuerung und Überarbeitung unserer Faltblätter und der Plakate für die Öffentlichkeitsarbeit erforderlich. Damit unsere neuen Kontaktdaten in der Öffentlichkeit bekannt wurden, haben wir die neuen Faltblätter in der Stadt Ulm, im Landkreis Neu-Ulm und im Alb-Donau-Kreis verteilt. Die Internetseite wurde mehrfach aktualisiert:

[www.selbsthilfebuero-korn.de](http://www.selbsthilfebuero-korn.de)

### Überarbeitet haben wir 2010 unsere Faltblätter:

- „Selbsthilfe von A-Z in der Region Ulm / Neu-Ulm“
- Leistungsangebote und Arbeitsschwerpunkte des Selbsthilfebüro KORN
- Übersichtsfaltblatt zu den Fortbildungsangeboten 2010

### Neu herausgegeben haben wir das Faltblatt:

- „Ärzte, Therapeuten und Selbsthilfegruppen – gemeinsam für die beste Versorgung“

## Eigene Veranstaltungen / Mitarbeit in Planung und Organisation

30. Januar 2010 **„Den Flügeln Wind sein.“**  
**– Beratende Telefongespräche erfolgreich führen.**  
 eintägige Fortbildung für Menschen in Selbsthilfegruppen  
 Referent: Dr. Stefan Plöger  
 Betreuung: Karin Elsäßer
20. März 2010 **2. Ulmer Freiwilligenmesse**  
 7 Selbsthilfegruppen und das Selbsthilfebüro KORN  
 stellen sich vor  
 Infostand: Karin Elsäßer und Nina Repky
05. Mai 2010 **Tag der Menschen mit Behinderung**  
 Teilnahme: Karin Elsäßer
19. Juni 2010 **„Recht für Selbsthilfegruppen“**  
 halbtägige Fortbildung für Menschen in SHG  
 Referentin: Karin Elsäßer
02. Oktober 2010 **„Lebendige Gruppenarbeit“**  
 eintägige Fortbildung für Menschen in Selbsthilfegruppen  
 Referent: Bernhard Schellenberger  
 Betreuung: Karin Elsäßer
16. Oktober 2010 **„Schreiben tut gut“**  
 halbtägige Fortbildung für Menschen in SHG  
 Referentin: Anita Radi-Pentz

## Vorträge / Präsentationen / Infostände

10. März 2010      **Gemeindetag des Alb-Donau-Kreises, Rommelkaserne**  
Vorstellung der Arbeit des Selbsthilfebüro KORN:  
Karin Elsäßer
26. März 2010      **Stotterer Landesverband, Blaubeuren**  
Vorstellung der Arbeit des Selbsthilfebüro KORN:  
Karin Elsäßer
04. Mai 2010      **Aussprache- und Beschwerdestelle für Psychiatrie Ulm / Alb-Donau-Kreis**  
Vorstellung der Arbeit des Selbsthilfebüro KORN:  
Karin Elsäßer
15. Sept. 2010      **3. Krebs-Aktionstag in der Onkologischen Tagesklinik Ulm**  
Infostand: Lydia Ringshandl, Nadja Gresz
26. Sept. 2010      **Stadtteilfest in Neu-Ulm**  
Infostand und Bastelaktion für Kinder:  
Karin Elsäßer, Lydia Ringshandl
14. Oktober 2010      **AK für Menschen mit Behinderungen, Stadt Ulm**  
Vorstellung des Jahresberichtes 2009: Karin Elsäßer



3. Krebs-Aktionstag



Stadtteilfest Neu-Ulm



ATO-Tagung

23. und 24.  
Oktober 2010

**Allmendinger Gesundheitstage**

Gemeindehalle in Allmendingen

Infostand: Karin Elsäßer, Lydia Ringshandl



13. Nov. 2010

**29. Jahrestagung der ATO Arbeitsgemeinschaft der Tumorzentren in der Medizinischen Klinik**

Infostand: Karin Elsäßer

26. Nov. 2010

**Informationsveranstaltung „Selbsthilfe – was bringt mir das?“**

FamilienZentrum Neu-Ulm

Referentin: Lydia Ringshandl

## **Besuche von Kongressen, Tagungen, Weiterbildungen und Jubiläen (zur Kontaktpflege)**

14. Jan. 2010      **Eröffnung „Haus Schillerhöhe“**  
Teilnahme: Karin Elsäßer, Agnes Fackler u. Nina Repky
28. Feb. 2010      **Abschlusskonzert der „Aktion 100 000 und Ulmer hilft“**  
Teilnahme: Agnes Fackler
13. März 2010      **100-Jahrfeier des Blinden- und Sehbehindertenverbandes**  
Teilnahme und Kurzbericht über das Selbsthilfebüro  
KORN: Karin Elsäßer
18. März 2010      **Infoveranstaltung zum Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen**  
Teilnahme: Karin Elsäßer
26. März 2010      **Verleihung des „Ulmer Bandes“ der Ulmer Bürgerstiftung an Gertrud Schwartz, Rheuma-Liga**  
Teilnahme: Agnes Fackler, Karin Elsäßer
16. April 2010      **10-jähriges Jubiläum der „Frauenselbsthilfe nach Krebs“, Ulm**  
Teilnahme: Agnes Fackler, Karin Elsäßer
21. April 2010      **Frühjahresempfang des Paritätischen**  
Teilnahme: Karin Elsäßer, Agnes Fackler
- 27./28. Apr. 2010      **Mitgliederversammlung des Vereins „Selbsthilfekontaktstellen Bayern“ Fortbildung zum Thema „Recht und Haftung“ in Regenstauf**  
Teilnahme: Karin Elsäßer

31. Mai bis  
02. Juni 2010 **Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.**  
**„Auf die Menschen kommt es an: Akteure und Adressaten der Selbsthilfe und der Selbsthilfeunterstützung“** in Hamburg  
Teilnahme: Karin Elsäßer
10. Juli 2010 **Informationsveranstaltung Dorkas-Gruppen e. V. – Selbsthilfegruppen für russischsprachige Migranten** in Ulm  
Teilnahme: Lydia Ringshandl
- 15./16. Okt. 2010 **Fortbildung „Grundlagen für eine erfolgreiche Selbsthilfearbeit“** in Würzburg  
Teilnahme: Lydia Ringshandl
16. Oktober 2010 **25-jähriges Jubiläum der Selbsthilfegruppe Krebs Neu-Ulm**  
Teilnahme und Grußwort: Karin Elsäßer
18. Oktober 2010 **Informationsveranstaltung des Finanzamtes über aktuelle Fragen der Vereinsbesteuerung**  
in Ehingen  
Teilnahme: Karin Elsäßer
26. Oktober 2010 **Gründungsversammlung des Vereins „Engagiert in Ulm“**  
Teilnahme: Karin Elsäßer
- 27./28. Okt. 2010 **Mitgliederversammlung Selbsthilfekontaktstellen Bayern e. V.**  
**Fortbildung für Selbsthilfefachkräfte: „Netzwerke schaffen – Kooperationen knüpfen“ am Beispiel des Selbsthilfebereiches: Sucht und Psychosoziales**  
in Leitershofen  
Teilnahme: Karin Elsäßer

## **Impressum**

---

### **Jahresbericht des Selbsthilfebüro KORN e. V. 2010**

Zusammengestellt und verfasst von`

Karin Elsäßer, Lydia Ringshandl

Gestaltung: Anita Radi-Pentz

Ulm, Mai 2011

Selbsthilfebüro KORN e. V.  
c/o Universitätsklinikum Ulm  
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Frauensteige 6  
89075 Ulm  
Tel.: 07 31 / 88 03 44 10  
Fax: 07 31 / 88 03 44 19  
Mail: [kontakt@selbsthilfebüro-korn.de](mailto:kontakt@selbsthilfebüro-korn.de)  
[www.selbsthilfebuero-korn.de](http://www.selbsthilfebuero-korn.de)