



# Jahresbericht der KIBIS Hannover 2023

Kontakt-, Informations- und  
Beratungsstelle im  
Selbsthilfebereich  
für die Region Hannover  
in Trägerschaft von Paritätischer  
Hannover gGmbH



**Schon mal an SELBSTHILFEGRUPPEN gedacht?!**

- Ich möchte mich für mehr Barrierefreiheit einsetzen!
- Meine Handarthrose schränkt mich sehr ein.
- Ohne Schmerzmittel geht gar nichts!
- Wie soll es nach der Trennung weitergehen?
- Mein Kind hängt den ganzen Tag vor dem Rechner...
- Depressiv?
- Mit meiner Essstörung fühle ich mich oft allein.
- Der Arzt sagt ich soll abnehmen.
- Ich weiß, dass ich zu viel trinke...
- Wenn alles zu viel wird, kriege ich Panik.
- Ich bin überfordert mit meinem Chaos.
- Nach dem Scheitern ist meine Frau sehr verändert...
- Ich bin queer und damit nicht allein.
- Die Pflege meiner Eltern ist ganz schön aufreibend!
- Ich kaufe mir mehr, als ich mir leisten kann!
- Ich habe Angst, dass der Krebs zurückkommt!

[www.kibis-hannover.de](http://www.kibis-hannover.de)  
0511-66 65 67



## **Inhalt:**

Aufgaben.....	4
Rahmenbedingungen.....	5
Aus- und Nachwirkungen der Corona-Pandemie.....	6
Zahlen und Fakten - ein Überblick über Anfragen / Nutzer*innen.....	6
Gesamtzahlen.....	6
Art des Kontakts mit der KIBIS.....	7
Wie sind die Interessierten auf die KIBIS aufmerksam geworden?....	8
Wer nutzte die KIBIS wofür?.....	8
Anfragen zu einzelnen Themenbereichen.....	9
Wo wohnen die Kontaktsuchenden?.....	10
Zahlen und Fakten - ein Überblick über die Selbsthilfegruppen.....	10
Selbsthilfe in Landeshauptstadt und Region Hannover.....	10
Themen der Selbsthilfegruppen.....	11
Auflösung und Neugründung.....	12
Veranstaltungen.....	13
Veranstaltungen und Fortbildungen für Selbsthilfegruppen.....	13
Öffentliche Veranstaltungen und Vorträge.....	13
Veranstaltungen für Multiplikator*innen.....	14
37. Hannoverscher Selbsthilfetag.....	14
Außenstellen.....	15
Lehrte (mit Burgdorf, Sehnde, Uetze).....	15
Neustadt am Rübenberge (mit Garbsen, Wunstorf).....	16
Wedemark (mit Burgwedel, Langenhagen, Isernhagen).....	16
In-Gang-Setzer*innen.....	16
Das Thema Pflege in der Selbsthilfe.....	17
Teilnahme und Mitarbeit an Arbeitskreisen und in Gremien.....	19
Fortbildungen für Mitarbeiter*innen.....	20
Darüber hinaus.....	20
Impressum.....	21

## **Liebe Lesende,**

die Welt, das Land, Niedersachsen, Hannover: Es scheint, dass überall die Herausforderungen größer werden, die Spannungen und Unwägbarkeiten zunehmen. Dies geht auch an der KIBIS nicht spurlos vorüber. In unserer Arbeit bemerken wir an den unterschiedlichsten Stellen, dass die Gesellschaft und damit jede\*r Einzelne unter Druck steht.

Was uns jedoch auch aufgefallen ist: der Trend des zögerlichen Zulaufs und die Ermüdung der Selbsthilfeaktiven durch die Pandemie, die unsere Arbeit in den letzten Jahren bestimmt haben, hat den tiefsten Punkt erreicht: Die Anfrage-Zahlen steigen wieder und auch die Veranstaltungen, die wir organisieren oder an denen wir teilnehmen, sind besser besucht als in den Jahren zuvor.

Das stimmt uns hoffnungsfroh. In dieser Zeit ist die Zivilgesellschaft gefordert, für demokratische Werte und Vielfalt einzutreten. Die Selbsthilfe tut dies seit Jahr und Tag – wir sind dankbar, dass wir dies mit unserer Arbeit unterstützen dürfen.

In diesem Jahresbericht finden Sie neben Zahlen aus der Anfrage-Statistik eine Übersicht über die erbrachten Leistungen der KIBIS im Jahr 2023.

## Aufgaben

Die KIBIS (Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich) ist die zentrale Anlaufstelle für Selbsthilfe in der Region Hannover. Sie arbeitet themen- und institutionsübergreifend und ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig. Die KIBIS ist in Trägerschaft von Paritätischer Hannover gGmbH und besteht seit 1988.

### Zentrale Aufgaben der KIBIS sind:

- Telefonische Beratung und Vermittlung von Hilfesuchenden an Selbsthilfegruppen
- Unterstützung bei der Gründung neuer Selbsthilfegruppen
- Unterstützung und Stärkung bestehender Selbsthilfegruppen durch Bereitstellung von Informationen, Beratung, Organisation und Durchführung von Fortbildungsangeboten
- Öffentlichkeitsarbeit, um die Einwohner\*innen in der Stadt und Region Hannover über Möglichkeiten und Nutzen von Selbsthilfe zu informieren und bestehende Selbsthilfeangebote zu fördern
- In der Beratung von Hilfesuchenden informiert die KIBIS auch über professionelle Unterstützungsangebote. Somit nimmt sie eine wichtige Clearing- und Lotsenfunktion im psychosozialen Gesundheitssystem der Region Hannover wahr.
- Die KIBIS stellt ihre Erreichbarkeit durch telefonische Sprechzeiten sicher:
  - Telefon: 0511 - 66 65 67
  - telefonische Sprechzeit: Mo, Di & Do 9:00 -12:00 und 13:00 -16:00 Uhr, Mi 16:00 -19:00 Uhr
- Auf der Internetseite [www.kibis-hannover.de](http://www.kibis-hannover.de) stellt die KIBIS Interessierten Informationen und die Kontaktdaten von Selbsthilfegruppen in der Region Hannover in einer Datenbank zur Verfügung. Diese ist übersichtlich nach Themen und Orten sortiert und mit einer Suchfunktion versehen.
- Per E-Mail ist die KIBIS unter [info@kibis-hannover.de](mailto:info@kibis-hannover.de) erreichbar.

## Rahmenbedingungen

Die Büroräume der KIBIS sind zentral gelegen, in der Nähe des Hauptbahnhofs innerhalb des Hauptsitzes des Paritätischen Hannover. Die Räume sind barrierefrei zugänglich.

Die Angebote der KIBIS sind für die Nutzenden grundsätzlich kostenfrei.

In der KIBIS Hannover arbeiten derzeit sieben sozialpädagogische Fachkräfte in Teilzeit und eine Verwaltungsfachkraft in Teilzeit.

Die Trägerschaft der KIBIS liegt bei Paritätischer Hannover gGmbH.



Finanziell gefördert wird die KIBIS von

GKV Selbsthilfeförderung  
Niedersachsen



Landeshauptstadt Hannover

Landeshauptstadt

Hannover



Region Hannover



Region Hannover

Land Niedersachsen



Niedersächsisches Ministerium  
für Soziales, Gesundheit  
und Gleichstellung

## Aus- und Nachwirkungen der Corona-Pandemie

Im dritten Jahr der Corona Pandemie setzten sich zunächst viele Herausforderungen aus den vergangenen Jahren fort. Welche Formen der Unterstützung werden gebraucht und wie können wir diese anbieten? Wo liegen Chancen, Menschen, die sich bislang nicht angesprochen fühlten, über neue Wege zu erreichen?

Weiterhin werden viele Gruppen aufgelöst, es gibt jedoch auch viele Anfragen zu Neugründungen. Hier ist zu beobachten, dass viele der Neugründungen intensive Begleitung erfordern. Trotz der intensiven Unterstützung durch die KIBIS kann sich nicht jede neue Gruppe verstetigen.

In der Beobachtung der Situation stellen wir als KIBIS fest, dass die stete Unsicherheit, der die Selbsthilfegruppen und die sie gestaltenden Menschen ausgesetzt waren und sind, starke Auswirkungen hat. Hier erleben wir eine steigende Anfrage nach Unterstützung. Auch die Dankbarkeit, dass das freiwillige Engagement durch die Kontaktstelle professionell unterstützt wird, wird uns in unserer täglichen Arbeit zurückgespiegelt.

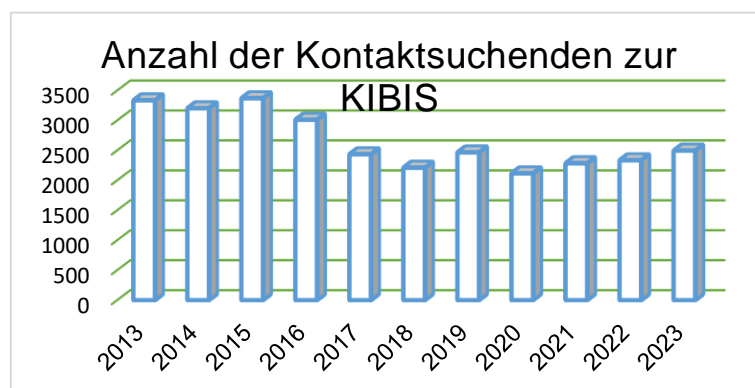
## Zahlen und Fakten - ein Überblick über Anfragen / Nutzer\*innen

### Gesamtzahlen

**2.495** Anfragen nach Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeunterstützung oder professionellen Beratungsangeboten stellten Interessierte, Mitarbeitende aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich sowie bestehende Selbsthilfegruppen an die KIBIS.

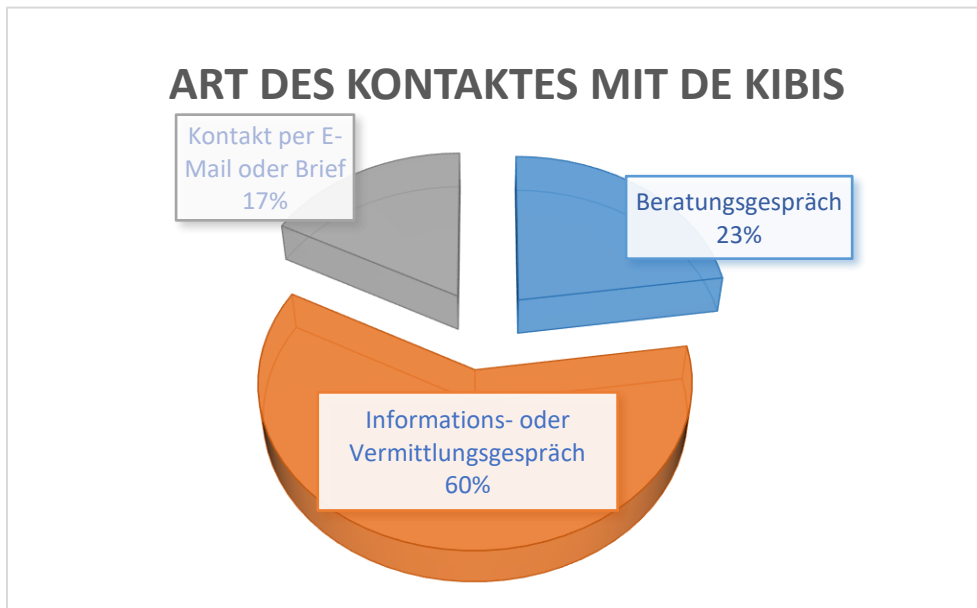
**13** Personen nahmen im Durchschnitt pro Öffnungstag mit der KIBIS telefonisch, persönlich oder per E-Mail-Kontakt auf.

Damit ist die Gesamtanzahl der Kontaktaufnahmen wieder auf dem Niveau der Zeit vor der Pandemie.



## Art des Kontaktes mit der KIBIS

- 60%** der Kontaktsuchenden konnten in einem kurzen Informations- und Vermittlungsgespräch erfolgreich Unterstützungsmöglichkeiten genannt bzw. vermittelt werden.
- 23%** der Gespräche waren längere Beratungsgespräche.
- 13%** der Interessierten nahmen per E-Mail Kontakt mit der KIBIS auf. Oftmals erfolgte ein zusätzliches Telefonat.



Die Internetseite der KIBIS bietet Interessierten umfassende Informationen über Selbsthilfegruppen in der Region Hannover. Hier haben die Selbsthilfegruppen und deren Ansprechpersonen die Möglichkeit, sich darzustellen und eigene Kontaktdaten zu hinterlegen oder auf den Kontakt über KIBIS zu verweisen. Die Kontaktaufnahme über KIBIS dient dem Schutz der privaten Kontaktdaten und gleichzeitig der gezielten Vermittlung. So können Kontaktsuchende den Service der KIBIS nutzen und eine passende Selbsthilfegruppe finden. Oft sind auch die notwendigen Kontaktdaten hinterlegt, sodass kein direkter Kontakt mit der Beratungsstelle aufgenommen werden muss. Trotzdem folgt auf einen Besuch der Internetseite oft ein Anruf bei der KIBIS mit dem Ziel einer umfassenden Beratung zum persönlichen Anliegen.

## Wie sind die Interessierten auf die KIBIS aufmerksam geworden?

**31 %** der Interessierten haben unsere Telefonnummer aus dem Internet. Viele von ihnen berichten, dass sie sich bereits auf unserer Internetseite einen Überblick über die Selbsthilfegruppen verschaffen konnten, nun aber noch weitere Fragen haben oder Kontaktdaten genannt bekommen wollen.

**39%** der Interessierten ist die KIBIS bereits aus vorherigen Kontakten bekannt.

**17%** der Anrufenden sind von Kolleg\*innen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich auf die KIBIS aufmerksam gemacht worden.

Die Presse, Flyer und Aushänge oder Freunde und Bekannte sind weitere Informationskanäle, durch die Interessierte aufmerksam wurden.

## Wer nutze die KIBIS wofür?

**66 %** der Kontaktsuchenden waren interessierte Bürger\*innen, die sich aus eigener Betroffenheit heraus beraten lassen wollten.

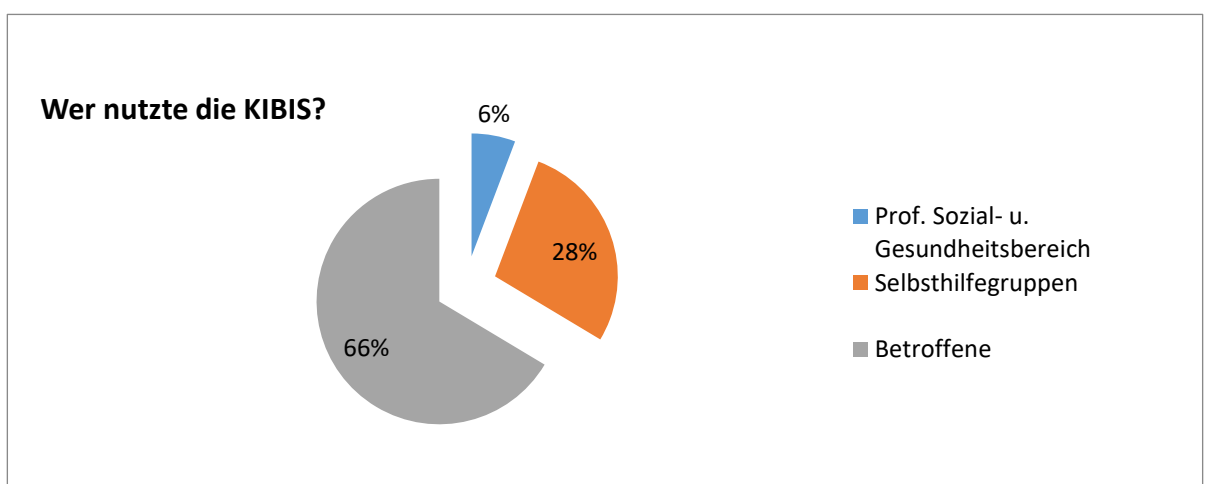
Die Hälfte aller Gespräche waren Informationsgespräche über Selbsthilfe, Selbsthilfegruppen oder Kontaktdaten. Die KIBIS hat jedoch auch an professionelle Anbieter von Hilfeleistung vermittelt und darüber informiert.

Ein weiterer großer Anteil dieser Gespräche waren intensivere Beratungen rund um Gruppengründungsprozesse.

**28 %** der Gespräche fanden mit Teilnehmer\*innen aus bestehenden Selbsthilfeszusammenschlüssen statt.

Selbsthilfegruppen haben die KIBIS im Hinblick auf organisatorische Dinge, Finanzierungsfragen oder Krisengespräche kontaktiert.

**6%** der Anfragen wurden von Mitarbeiter\*innen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich oder anderen Berufsgruppen gestellt.





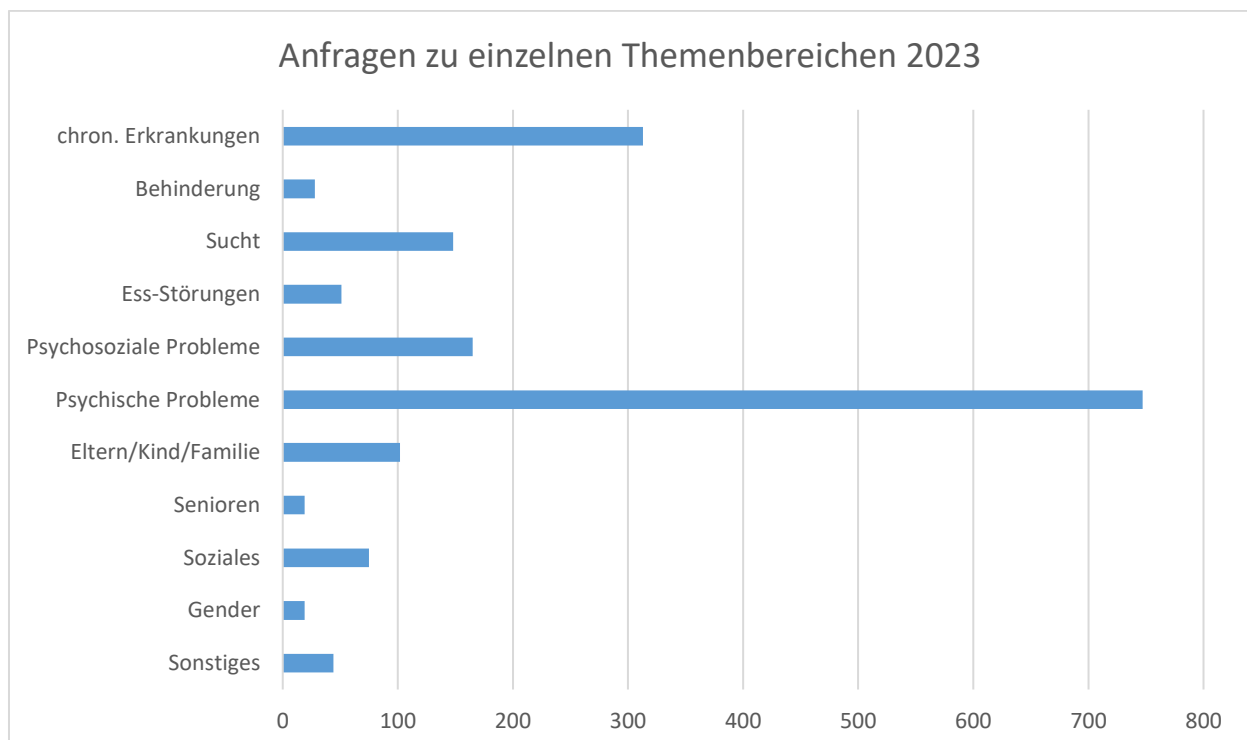
## Anfragen zu einzelnen Themenbereichen

Die folgende Grafik zeigt die nachgefragten Themen von Interessierten. Wie in den Jahren zuvor wurden Selbsthilfegruppen zum Thema psychische Probleme und Erkrankungen mit Abstand am meisten nachgefragt.

Die Anspannung in der therapeutischen Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen bleibt hoch. Selbsthilfe wird hier von den Betroffenen oft als ergänzendes Angebot zur medizinischen oder therapeutischen Hilfe genutzt. Wir stellen fest: Die intensive Nutzung der Selbsthilfe in diesem Bereich spricht für ihre Wirksamkeit. Trotzdem muss diese Entwicklung kritisch gesehen werden.

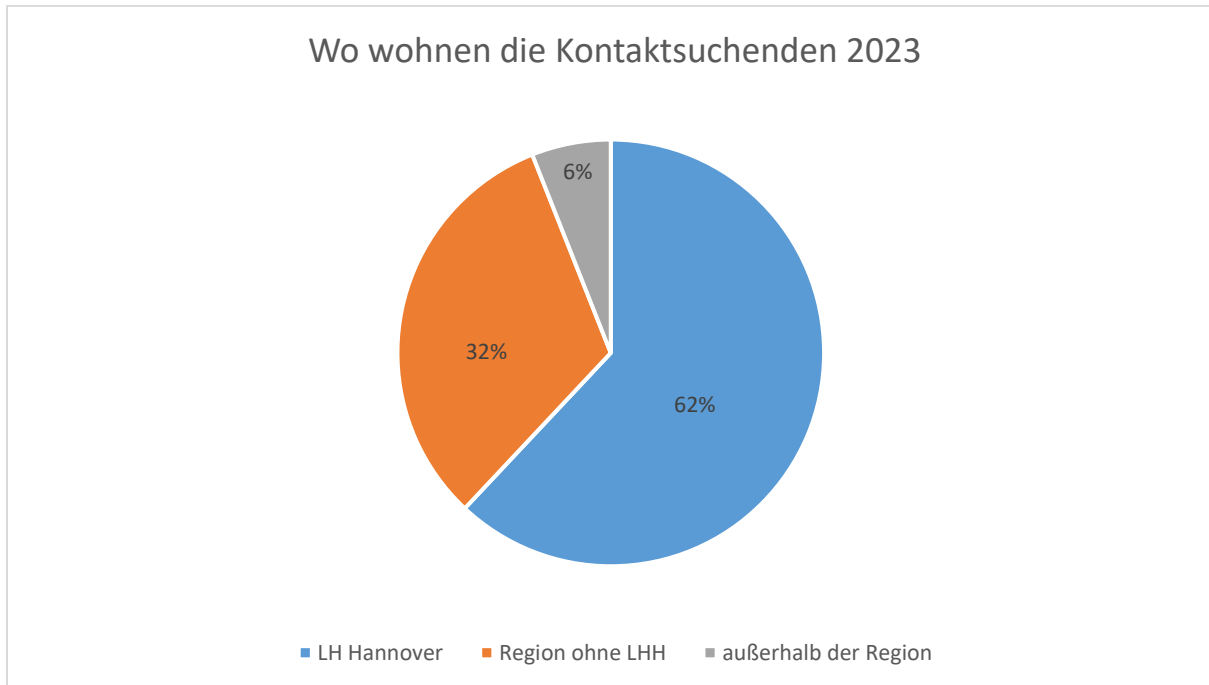
Die Rückmeldung aus den betroffenen Selbsthilfegruppen ist, dass sie weder der Nachfrage noch den Anforderungen, die mit dieser Nutzung einhergehen, gerecht werden kann. Selbsthilfe übernimmt hier, so unsere Einschätzung, eine Lückenfüller-Funktion. Die fehlende therapeutische Versorgung kann und darf durch Selbsthilfe nicht ersetzt werden.

Eine hohe Sensibilität ist zudem in den Beratungsgesprächen bei der KIBIS gefordert. Die Selbsthilfegruppen benennen klar Grenzen und Möglichkeiten ihrer Arbeit. Die Anrufenden sind oft in Not. Die KIBIS hat hier die Aufgabe, einerseits die Hilfesuchenden in ihrem Anliegen ernst zu nehmen und ggf. an Selbsthilfegruppen zu vermitteln. Andererseits müssen auch die Selbsthilfegruppen vor einer zu hohen Erwartung dessen, was dort geleistet werden kann, geschützt werden.



## Wo wohnen die Kontaktsuchenden?

In der folgenden Grafik ist zu sehen, von wo aus Anfragen zum Thema Selbsthilfe eintreffen. Interessierte rufen auch von außerhalb der Region Hannover an. Im Ballungsraum Hannover treffen sich Selbsthilfegruppen zu seltenen Themen und haben daher ein Einzugsgebiet über die Region hinaus.



## Zahlen und Fakten ein Überblick über die Selbsthilfegruppen

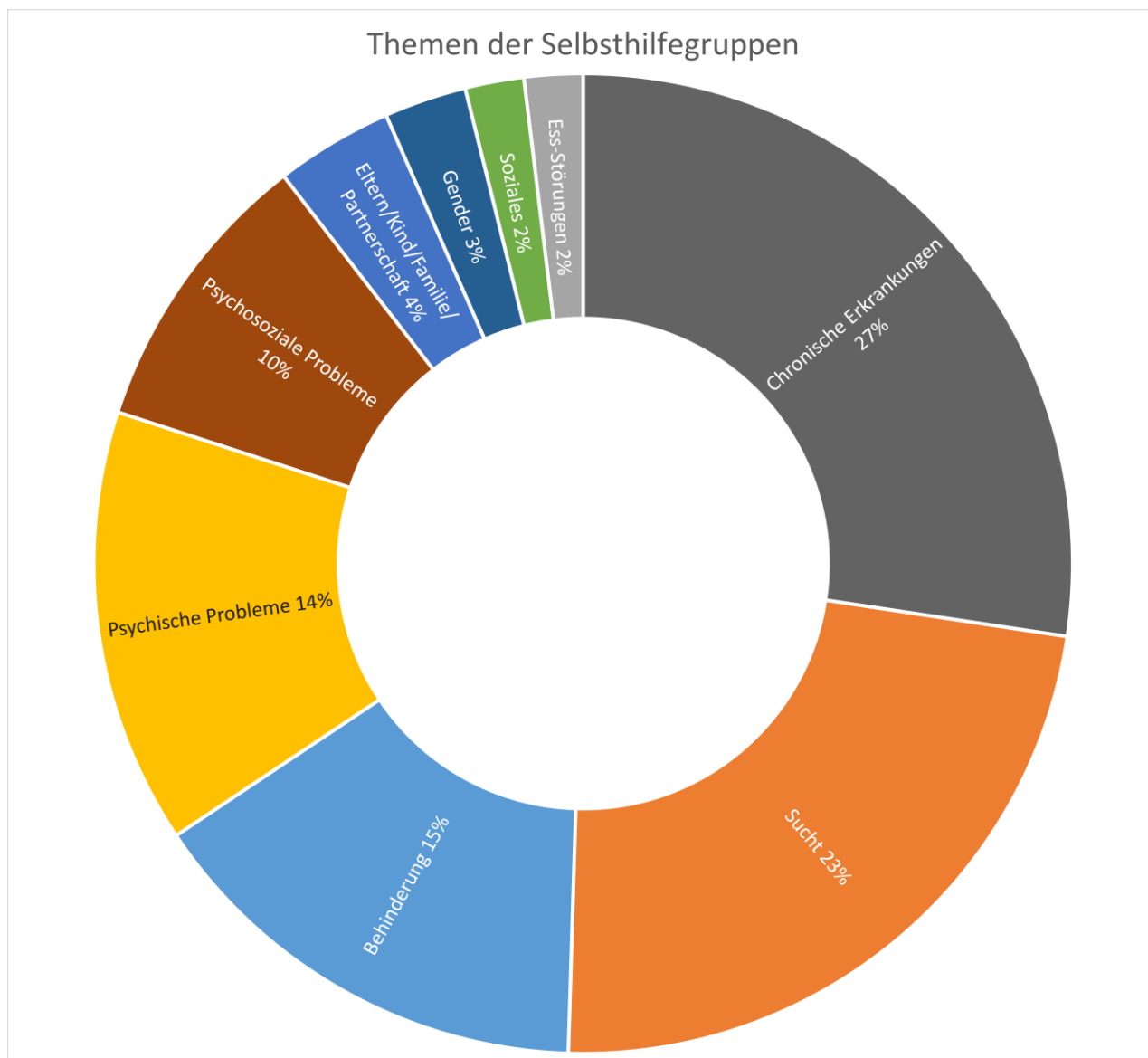
### Selbsthilfe in Landeshauptstadt und Region Hannover

Es bleibt für die KIBIS Hannover eine große Herausforderung, in der großen Fläche der Region Hannover präsent zu sein. Selbsthilfe lebt von Netzwerkarbeit und einer Verankerung vor Ort - an den Lebensorten der Menschen. Sowohl die Kommunen der Region als auch die Landeshauptstadt mit ihren vielfältigen Quartieren und Stadtteilen bieten sich als Orte der Vernetzung, der Selbsthilfegruppentreffen und des ehrenamtlichen Engagements an. Die Komplexität der Aufgabengebiete mit der persönlichen Ansprache vor Ort zu verbinden, sieht die KIBIS gleichermaßen als Kernaufgabe wie Herausforderung.

**Ca. 2/3** der Selbsthilfegruppen haben ihren Treffpunkt im Stadtgebiet Hannover,  
**ca. 1/3** der Gruppen treffen sich in Kommunen der Region Hannover.

## Themen der Selbsthilfegruppen

Die KIBIS ordnet sowohl die Selbsthilfegruppen als auch die Anfragen verschiedenen Themenkategorien zu. In der folgenden Grafik finden Sie eine Übersicht darüber, in welchem Mengenverhältnis sich in der Region Hannover Selbsthilfegruppen zu den unterschiedlichen Themen-Kategorien treffen.



## Auflösung und Neugründung

In den Pandemie Jahren haben sich mehr Selbsthilfegruppen aufgelöst als gegründet. Dieser Trend ist im Jahr 2023 aufgehalten. Die Anzahl der Selbsthilfegruppen, die sich aufgelöst haben und die Anzahl derer, die sich neu gegründet haben, hält sich wieder ungefähr die Waage.

Im Jahr 2023 hat die KIBIS **24** Selbsthilfegruppen neu in die Datenbank aufgenommen:

**15** neue Selbsthilfegruppen in der Landeshauptstadt Hannover zu folgenden Themen:

- Depression: Achtsam – Miteinander
- Walking Gruppe für ehemalige Alkoholabhängige
- Alkohol- und Drogenabhängigkeit
- Kaufsucht
- Afghanische Menschen in Hannover
- Gemeinsam statt einsam
- Alleinerziehende
- Eltern von Kindern im Autismus-Spektrum und/oder ADHS
- Alkohol-, Medikamenten- und Cannabisanhängigkeit
- Frauen Autismus Spektrum
- Ungewollt Kinderlos - das Leben danach
- Inklusiv Rollstuhltanz-Gruppe
- Russischsprachige Eltern mit Kindern mit Beeinträchtigungen
- Erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern
- Hereditäre hämorrhagische Teleangiectasie / Morbus Osler

**9** neue Selbsthilfegruppen in der Region Hannover zu folgenden Themen:

- AMD Altersbedingte Makula Degeneration, Wunstorf
- Krebs, Wedemark
- Essstörung / Adipositas, Springe
- Abhängigkeit (Drogen, Alkohol, Spielsucht), Springe
- Depressionen und Angst, Springe
- Partner\*innen von Demenzerkrankten, Lehrte
- Depression, Hilfe für Betroffene und Angehörige, Wedemark
- Nach der Depression, Burgdorf
- Demenz – Betroffene und Angehörige, Gehrden

Auch im Jahr 2023 sind mehrere Gruppengründungsversuche von der KIBIS unterstützt worden, die ohne konkretes Ergebnis geblieben sind. Trotz umfassender Beratung der Initiierenden und häufiger, intensiver Begleitung der Gruppentreffen durch die KIBIS haben sich viele Selbsthilfegruppen nicht verstetigen können.

# Veranstaltungen

## Veranstaltungen und Fortbildungen für Selbsthilfegruppen

- Neujahrscafé in Kooperation mit der AOK Niedersachsen - die Gesundheitskasse zum Thema Selbsthilfeförderung nach §20h SGB V mit einem Vortrag zum Thema „Herausfordernde Situationen und Kommunikation in Selbsthilfegruppen“
- Online-Schulung zum Thema „Umgang mit dem Programm Excel – für Einsteiger\*innen“ unter der Leitung von Kerstin Thies, RICOH DEUTSCHLAND GmbH über eine Vereinbarung beim Hannover Marktplatz
- Zweitägige Fortbildung zum Thema „Gärung und Klärung - Konfliktbewältigung in Selbsthilfegruppen“ unter der Leitung von Rita Hagemann, Supervisorin
- Gesamt- und Austauschtreffen mit einem Vortrag durch Felicitas Gernot zum Thema „Wie kann man wirksam für sich selbst und für die Gruppe ein gesundes Miteinander fördern und erhalten?“
- Vernetzungs- und Austauschtreffen in lockerer Atmosphäre bei gutem Wetter und fröhlicher Stimmung für alle Selbsthilfegruppen aus der Region im Hinterhof der KIBIS
- Interaktiver Vortrag zum Thema „Der Weg zur eigenen Homepage für die Gruppe“ mit Henrik Hahn von der Firma „Netzdenke“ – Ergebnis einer Marktplatzvereinbarung aus dem Jahr 2022

Im Jahr 2023 versendete die KIBIS **20** Sammel-Anschreiben an die Aktiven aus Selbsthilfegruppen: den monatlichen Newsletter (Infokoffer), Einladungen und Protokolle der Gesamttreffen oder andere interessante Informationen.

## Öffentliche Veranstaltungen und Vorträge

- Beitrag zur Anhörung im Sozialausschuss gemeinsam mit dem Jugendausschuss und dem Gleichstellungsausschuss der Landeshauptstadt Hannover zum Thema Einsamkeit
- Vortragsveranstaltung zu Thema Pflege (siehe „Das Thema Pflege in der Selbsthilfe, S. 17)
- Teilnahme mit einer Veranstaltung an den Woche(n) der Demenz in der Region Hannover (siehe „Das Thema Pflege in der Selbsthilfe, S. 17)
- Vortrag „Selbsthilfe in der Region Hannover und die Arbeit der KIBIS“ bei der Abschlussveranstaltung der Woche(n) der Demenz in der Region Hannover (siehe „Das Thema Pflege in der Selbsthilfe, S. 17)
- In Kooperation mit dem Arbeitskreis Schlafapnoe Niedersächsischer Selbsthilfegruppen Verteilung von Flyern und Werbung für Selbsthilfegruppen in der Region Hannover bei der Messe „besser schlafen Hannover“
- Teilnahme mit einem Informationsstand in Kooperation mit dem Selbsthilfebüro Niedersachsen und dem Bündnis gegen Depression in der Region Hannover beim Präventionskongress Mentale Gesundheit
- Bunte Informationsbude zum Thema Selbsthilfe auf dem Weihnachtsmarkt Lister Meile Hannover, gefördert von der AOK Niedersachsen. Die Gesundheitskasse.

- Teilnahme an einer Vorführung des Films „Neben der Spur“ durch die Selbsthilfegruppen „Hab Mut, es tut gut!“ und „Mittendrin - trotz Angst“ – Werbung für den Selbsthilfegedanken
- Teilnahme mit Informationsstand an der Lesung "Spinnst du?" mit der Autorin Sonja Koppitz, organisiert von den Selbsthilfegruppen „Hab Mut, es tut gut!“ und „Mittendrin - trotz Angst“
- Teilnahme am Podium bei der Veranstaltung Alter(n)sbilder neu denken: „Alleinsein kann schön sein – Einsamkeit macht krank“ des Fachbereichs Senioren der Landeshauptstadt Hannover
- Teilnahme am Pressegespräch der Niedersächsischen Krebsgesellschaft e.V. zum Thema „Stirbt die Krebsselfhilfe?“
- Teilnahme mit Informationsstand und Vortrag zum Thema „Selbsthilfe in der Region Hannover und die Arbeit der KIBIS“ beim Tag der offenen Tür des Bereichs Sucht des Klinikums Region Hannover – Psychiatrie Wunstorf

### **Veranstaltungen und Vorträge für Multiplikator\*innen**

- Vortrag „Selbsthilfe in der Region Hannover und die Arbeit der KIBIS“ im Team der Oskar Kämmer Schule Hannover
- Vortrag „Selbsthilfe in der Region Hannover und die Arbeit der KIBIS“ in einer Klasse des Diakonie-Kolleg Hannover
- Besuch von Kolleg\*innen des Jobcenters Hannover zur Vorstellung der Arbeit der KIBIS und der Selbsthilfegruppen in der Region Hannover
- Informations- und Vernetzungstreffen mit RehaTOP
- Vortrag „Selbsthilfe in der Region Hannover und die Arbeit der KIBIS“ bei Multiplikator\*innen aus dem Team von RehaTOP
- Informationsveranstaltung mit Vortrag zum Thema „Selbsthilfe in der Region Hannover und die Arbeit der KIBIS“ für Mitarbeitende der Medizinischen Hochschule Hannover

### **37. Hannoverscher Selbsthilfetag**

Am 06. Mai fand der 37. Hannoversche Selbsthilfetag vom Kröpcke bis zum Platz der Weltausstellung statt. Oberbürgermeister Belit Onay hatte die Schirmherrschaft übernommen und sprach ein Grußwort. Für die Region Hannover sprach Michaela Michalowitz als Stellvertretende Regionspräsidentin. Das Grußwort der Selbsthilfe hielt Björn Künnemann von Leere Wiege Hannover e.V. Rund 80 Gruppen präsentierten sich mit Ständen und Aktionen und warben für die Selbsthilfe und ihr Thema.

## Außenstellen

### Lehrte (mit Burgdorf, Sehnde, Uetze)

Um die Interessen der burgdorfer Selbsthilfegruppen zu vertreten, nahm die KIBIS am Arbeitskreis barrierefreies Burgdorf teil. Zur Netzwerkarbeit und Interessenvertretung in Lehrte nahm die KIBIS an der AG Gesundheit Lehrte teil.

Gemeinsam mit einer Kollegin aus dem Fachdienst Soziales der Stadt Lehrte und dem Senioren- und Pflegestützpunkt Burgdorfer Land hat die KIBIS ein Gesamt- und Austauschtreffen für die Selbsthilfegruppen aus Lehrte, Burgdorf, Sehnde und Uetze durchgeführt. In diesem Treffen wurde die gemeinschaftliche Werbung thematisiert. Durch die Anregung aus diesem Treffen hat die KIBIS eine Postkarte entwickelt, auf der die Themen, zu denen sich Selbsthilfegruppen in der Region treffen, ansprechend zusammengefasst sind. Kontaktdaten der KIBIS und ein QR-Code zur KIBIS-Internetseite sind ebenfalls auf der Postkarte zu finden. Interessierte, die über den QR-Code die Internetseite aufrufen, können sich dort orts- und themengebunden über jede Gruppe mit den aktuellen Kontaktdaten und einer individuellen Beschreibung der Gruppenarbeit informieren.



Eine Selbsthilfegruppen-Neugründung wurde von der Außenstelle in Lehrte begleitet.

Beim Speed-Dating Ü60, organisiert von der Stadt Lehrte, stellte die KIBIS Selbsthilfegruppen und die Arbeit der KIBIS vor.

## **Neustadt am Rübenberge (mit Garbsen, Wunstorf)**

Zur Netzwerkarbeit nahm die KIBIS in Neustadt am Arbeitskreis Soziale Arbeit und am Runden Tisch Altenhilfe in Neustadt teil. Ein Vernetzungsgespräch mit Ex & Job Wunstorf wurde durchgeführt.

Für die Kommunen Neustadt am Rübenberge, Wunstorf und Garbsen wurden für die dort engagierten Selbsthilfeaktiven 2 Gesamttreffen geplant und durchgeführt.

## **Wedemark (mit Burgwedel, Langenhagen, Isernhagen)**

In der Wedemark wurden für die Region Wedemark, Langenhagen, Isernhagen und Burgwedel zwei Gesamt- und Austauschtreffen durchgeführt.

Zwei Selbsthilfegruppen-Neugründungen wurden von der Außenstelle Wedemark begleitet.

## **In-Gang-Setzer\*innen**

Die KIBIS nimmt weiterhin an dem bundesweiten Projekt „In-Gang-Setzer®“ teil. Initiator ist der Paritätische Wohlfahrtsverband Nordrhein-Westfalen, die Finanzierung trägt der BKK Dachverband und der BKK Landesverband Nordwest. An der bundesweiten Tagung der beteiligten Selbsthilfekontaktstellen in Hannover haben zwei Kolleginnen teilgenommen. An einem Regionaltreffen der am Projekt beteiligten Selbsthilfekontaktstellen Nord hat eine Kollegin teilgenommen.

In-Gang-Setzer\*innen sind geschulte Ehrenamtliche, die Selbsthilfegruppen in der Gründungsphase begleiten. Die In-Gang-Setzer\*innen werden individuell durch die KIBIS unterstützt und durch regelmäßige gemeinsame Austauschtreffen begleitet. Im Jahr 2023 haben 4 solcher Austauschtreffen stattgefunden. Die Corona-Pandemie hat der Gruppe der In-Gang-Setzer\*innen stark zugesetzt. Während der Kontaktbeschränkung geschulte Ehrenamtliche sind noch nicht richtig in das In-Gang-Setzer-Team integriert. Die KIBIS entwickelt Ideen, wie sie die Begleitung der freiwillig Helfenden neu organisieren und verändern kann.

Insgesamt 8 Engagierte waren 2023 für die KIBIS im Einsatz. Vier Selbsthilfegruppen wurden mit Unterstützung durch ehrenamtliche In-Gang-Setzer\*innen gegründet.



## Das Thema Pflege in der Selbsthilfe

Der KIBIS stehen Fördermittel für das Thema Pflege und Pflegenden Angehörige nach §45d SGB XI zur Verfügung. Die Mittel werden durch das Land Niedersachsen und die gesetzlichen Pflegekassen zur Verfügung gestellt.

Selbsthilfegruppen, die zu diesem Themenbereich arbeiten, können diese Fördermittel ebenfalls beantragen. Die KIBIS fungiert hier als Koordinationsstelle, die die Erklärungen der betreffenden Selbsthilfegruppen zu einem Gesamtantrag zusammenfasst. Auch der Verwendungsnachweis wird zentral über die KIBIS erarbeitet. 15 Selbsthilfegruppen haben im Jahr 2023 einen entsprechenden Antrag gestellt und wurden darin von der KIBIS unterstützt und begleitet.

Das Engagement der KIBIS in verschiedenen oben genannten Gremien bezieht sich dezidiert auf das Thema Pflege.

Die KIBIS organisierte eine gemeinsame öffentliche Veranstaltung mit „wir pflegen e.V.“ Ein Vortrag der Leiterin des Teams Hilfe zur Pflege der Region Hannover, Inge Schomaker, informierte zum Thema „Was kann die Pflegeversicherung?“. Jana Schuschke, bei wir pflegen e.V. für den Aufbau der Selbsthilfestrukturen in den Ländern verantwortlich, stellte den Verein und seine Arbeit vor und informierte über die geplante Gründung des Landesvereins für pflegende Angehörige in Niedersachsen.

**Was ...**

### Sie sind Pflegende\*r Angehörige\*r ?

**Wir bieten Ihnen**

- Einen Vortrag „Was kann die Pflegeversicherung?“
- Informationen Rund um den Verein „wir pflegen e.V.“
- Einen Überblick Was Selbsthilfe für Sie tun kann!

**23.05.2023**  
um 14:00 Uhr

**Wo?** Freizeitheim Ricklingen  
Anne-Stach-Allee 7 - 30459 Hannover  
(barrierefreier Zugang)

**Veranstalterin**  
KIBIS  
Kontakt-, Informations- & Beratungsstelle  
im Selbsthilfebereich  
☎ 0511-66 65 67  
www.kibis-hannover.de

**SENIOREN- UND PFLLEGESTÜTZPUNKTE IN DER REGION HANNOVER**  
Gefördert durch:  
Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung

Zahlreiche Institutionen haben mit Veranstaltungen während der „Woche(n) der Demenz in der Region Hannover“ unter der Federführung eines engagierten Arbeitskreises eine große Wirkung erzielt. Die KIBIS hat sich mit einer Online-Lesung des Ehepaars Aicher aus ihren Büchern: „Ich habe Demenz... keine Angst, ist nicht ansteckend“ und „Meine Frau hat Demenz... Na und?“ beteiligt. Ein Pressetermin unter Beteiligung der KIBIS in Neustadt am Rübenberge wies auf die Veranstaltungswochen hin. Die KIBIS besuchte die Auftaktveranstaltung der Woche(n) der Demenz, welche große Aufmerksamkeit in der Stadtgesellschaft erzielt hat. Bei der Abschlussveranstaltung durfte die KIBIS über Selbsthilfe zum Thema Pflege und die Arbeit der KIBIS informieren.



In den Beratungs- und Informationsgesprächen, die die KIBIS im Jahr 2023 erfasst hat, ist das Thema Pflege regelmäßig Inhalt:

- 123** Beratungsgespräche führte die KIBIS im Jahr 2023 zum Thema Pflege und Selbsthilfe durch.
- 105** E-Mails wurden zu diesem Thema versendet.
- 258** kürzere telefonische Informationsgespräche haben das Thema Pflege zum Inhalt gehabt.

## Teilnahme und Mitarbeit an Arbeitskreisen und in Gremien

Die Aktiven aus den Selbsthilfegruppen arbeiten nicht nur für ihre Teilnehmenden, sondern machen und halten Selbsthilfe sichtbar. Sie setzen sich für ihr jeweiliges Thema ein und streiten auch für Verbesserungen für Betroffene. Wo dies den Selbsthilfeaktiven nicht möglich ist, übernimmt die KIBIS eine stellvertretende Funktion.

In folgenden Gremien und Netzwerken wirkt die KIBIS in diesem Sinne mit:

- Niedersächsischer Arbeitskreis der Kontakt-, Informations- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich
  - Fachaustausch Pflegeselbsthilfe
  - Fachaustausch Junge Selbsthilfe
- Paritätischer Arbeitskreis der Selbsthilfekontaktstellen in Niedersachsen
  - Regelmäßige Sitzungen
  - Fachtagung
- Netzwerk Bürgermitwirkung in der Landeshauptstadt Hannover
  - Freiwilligenbörse
  - Förderfonds-Beirat
  - Sprecher\*innenteam
  - Hannover Marktplatz – Planungsgremium
  - Kooperationstreffen aufhof
- Runder Tisch Frauen- und Mädchengesundheit der Region Hannover
- Pflegekonferenz der Region Hannover
- Gesundheitsplenum der Region Hannover
- AG Gesundheitsförderung Region Hannover
- Bündnis gegen Depression in der Region Hannover
  - Lenkungsgruppe
  - Kerngruppe
- Runder Tisch für Menschen mit Behinderung der Landeshauptstadt Hannover
- Regionsforum für Menschen mit Behinderung
- Netzwerk Demenz Aktiv
- Gesundheitsregion Region Hannover
  - Steuerungsgruppe
  - AG VI „Quartiersentwicklung“ der Gesundheitsregion Region Hannover
- Arbeitskreis Gemeindepsychiatrie der Region Hannover
- Initiativenvertretung für die Region Hannover im Gesunde Städte Netzwerk
  - Teilnahme am Format digitale Sprechstunde
  - Teilnahme an der Jahresfachtagung in Wiesbaden
- Fachbereichsversammlung Fachbereich Selbsthilfe des Paritätischen Niedersachsen
- Mitwirkung bei Arbeitskreistreffen zum Thema „Welthaus Hannover“ auf Initiative des MiSO-Netzwerkes Hannover e.V.

## Fortbildungen für Mitarbeiter\*innen

Die KIBIS unterstützt ihre Mitarbeitenden darin, sich fort- und weiterzubilden, um die Qualität der Unterstützungsleistungen zu sichern. Verschiedene Fachveranstaltungen und Fortbildungen wurden besucht oder intern organisiert.

- Jahrestagung der DAG-SHG in Weimar.
- Die Mitarbeiter\*innen der KIBIS traten zu mehreren Klausurtagungen zusammen, um die Qualität der Selbsthilfeunterstützung teamintern sicherzustellen und weiterzuentwickeln.
- Das KIBIS-Team hat Supervision in Anspruch genommen.
- Die Leitung der KIBIS hat Supervision in Anspruch genommen.
- Teilnahme an der Veranstaltung des Fachbereichs Senioren der Landeshauptstadt Hannover: Altersbilder neu denken - die alter(n)sfreundliche Stadt.
- Teilnahme an der Veranstaltung Alter(n)sbilder neu denken des Fachbereich Senioren der LHH Hannover - Die Jahre 2003 - 2023 - 2043
- Teilnahme am Pflege-Zoom "Pflegerische An- und Zugehörige in Niedersachsen" des Paritätischen Niedersachsen.
- Teilnahme an einer zweitägigen Fortbildungsveranstaltung zum Thema Sucht und Selbsthilfe für Kolleginnen aus Selbsthilfekontaktstellen, organisiert vom Selbsthilfebüro Niedersachsen.
- Dreitägige Schulung von drei Mitarbeiterinnen der KIBIS zur KIBIS-Selbsthilfe-Datenbank auf Basis des Programms MS-Access.
- Mehrfache Teilnahme an der Online-Dialogplattform für Mitarbeitende von Selbsthilfekontaktstellen zu Fragen rund um die Pflegeselbsthilfe, organisiert von der NAKOS.
- Teilnahme an der Online-Vortragsreihe vom Paritätischen Gesamtverband zum Thema Künstliche Intelligenz.
- Mehrfache Teilnahme am Digi-Dienstag des Paritätischen Gesamtverbandes, unter anderem zum Thema „ChatGPT-Workshop, digitale Transformation“.

## Darüber hinaus...

- ...besuchte die KIBIS runde Jubiläen einzelner Selbsthilfegruppen und durfte Glückwünsche überreichen.
- ...nahm die KIBIS am Hannover Marktplatz teil und konnte mehrere Kooperationsvereinbarungen treffen, die der Selbsthilfe zugutekommen werden.
- ...betreibt und pflegt KIBIS eine Facebookseite, mit deren Hilfe sie auf Selbsthilfethemen und relevante Inhalte aufmerksam macht.
- ...nahm die KIBIS gemeinsam mit dem Paritätischen Hannover an der Kampagne „Investieren statt kaputtsparen“ teil.
- ...war bei einer Hospitation einer Kollegin des Selbsthilfebüros Niedersachsen der intensive Austausch miteinander fruchtbar für beide Seiten.
- ...nahmen Mitarbeiterinnen der KIBIS durch eine Vereinbarung beim Hannover Marktplatz an einem Fahrtraining für Automatik-Autos des Autohauses Kahle teil.

Impressum:

**KIBIS**

Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im  
Selbsthilfebereich  
für die Region Hannover  
in Trägerschaft von Paritätischer Hannover gGmbH  
Gartenstraße 18  
30161 Hannover

Alle Bildrechte liegen bei der KIBIS Hannover. Plakat „wir pflegen“: Wendelin Baltzer, grafolux