

Jahresbericht 2025



Über uns

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist die zentrale Anlaufstelle für alle Fragen rund um Selbsthilfe im Kreis Wesel. Seit 2003 bietet sie Beratung, Unterstützung und Informationen für Bürger*innen, Selbsthilfegruppen sowie Fachkräfte aus Gesundheits- und Sozialwesen. Träger der Einrichtung ist Der Paritätische Wohlfahrtsverband NRW e.V., Kreisgruppe Wesel. Katja Caspers, Anne Gawlik, Marion Heier und Sandra Tinnefeld bilden das Team der Selbsthilfe-Kontaktstelle.



Sitz der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel,
Der Paritätische NRW, Kreis Wesel, Alte Volksschule in Moers

Zahlen in 2025

Im Jahr 2025 zeigte sich im Vergleich zu 2024 eine insgesamt steigende Nachfrage nach Beratung und Unterstützung sowohl von Interessierten, Professionellen und Selbsthilfegruppenteilnehmenden. Besonders deutlich wurde dabei der erhöhte Bedarf an persönlichem Austausch, was sich in einer Zunahme persönlicher Kontakte widerspiegelte.

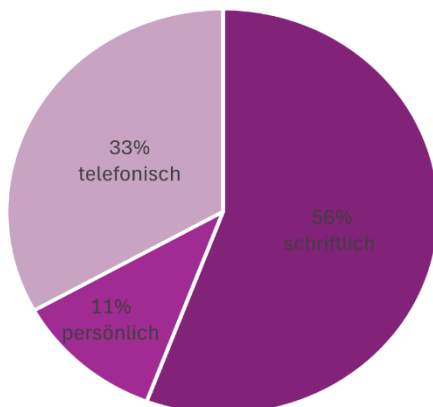
Auffällig ist, dass familiäre und soziale Themen einen zentralen Schwerpunkt der Anfragen bildeten. Themen wie Familie, Elternschaft, Partnerschaft, Einsamkeit und soziale Lebensbewältigung wurden besonders häufig nachgefragt. Diese Entwicklung steht in engem Zusammenhang mit den zahlreichen

Gruppengründungen und Gründungsanfragen im Jahr 2024.

Der daraus entstandene Ausbau und die stärkere Sichtbarkeit entsprechender Selbsthilfeangebote führten auch 2025 zu einer erhöhten Inanspruchnahme in diesen Themenfeldern.

Neben familiären und sozialen Fragestellungen blieb auch die Nachfrage zu psychischen Erkrankungen weiterhin auf hohem Niveau. Insgesamt unterstreichen die Zahlen des Jahres 2025 die Bedeutung der Selbsthilfe als niedrigschwellige und verlässliche Unterstützung in persönlichen, familiären und gesellschaftlichen Lebenslagen.

Eingehende Kontakte 2025



Top Themen

- Depression
- Geburt/Mutterschaft/unerfüllter Kinderwunsch
- Familie, Eltern, Kind - n.n.b.
- AD(H)S
- Angst/Panik/Phobie
- Long Covid/Post-Vac
- Gynäkologische Erkrankungen
- Familie/Lebensform n.n.b.
- Psychische Erkrankungen - n.n.b.
- Essstörungen



Selbsthilfe sichtbar machen

Wir waren viel unterwegs:

- Vorstellung bei Netzwerkpartnern,
- Teilnahme an Gremien
- Teilnahme an Themenwochen
- Netzwerkgründungen,
- Senientag Stadt Moers
- Tag der Beratungsstellen Kreis Wesel
- Veranstaltungen für pflegende Angehörige
- Selbsthilfe in die Ausbildung bringen
- Teilnahme am Selbsthilfetag
- Woche der seelischen Gesundheit
- und vieles mehr....

Alle acht Wochen erscheinen die SelbsthilfeNews.
Mit dem Ziel: Selbsthilfe in Social Media, Printpresse
und im gesamten Gesundheitssystem sichtbar zu machen.

Selbsthilfegruppen unterstützen

Veranstaltungen für die Selbsthilfegruppen

- Gesamttreffen
- Grenzenloser Austausch
- Kaffee und Kommunikation
- Adventscafé
- Themenspezifische Infoveranstaltungen,
- Fortbildungen / Seminare

Unterstützung der einzelnen Gruppen:

- Gruppengründungsbegleitungen
- Gruppenbegleitungen
- Kriseninterventionen
- Öffentlichkeitsarbeit für bestehende Gruppen
- Unterstützung bei der Antragstellung zur Förderungen



Neue Selbsthilfegruppen im Kreis Wesel

Long Covid Moers II
Unerfüllter Kinderwunsch Wesel
Frauenbund für alkoholfreie Kultur Hobbythek
Epithese Moers
Verlassene Eltern Moers
Long Covid Rheinberg II
Eltern von Kindern mit ADHS Wesel
Frau. Sucht. Hilfe. Onlinegruppe
Frau. Sucht. Hilfe. SHG Kamp-Lintfort
Eltern helfen Eltern Dinslaken
Eltern von Kindern mit ADHS Neukirchen-Vluyn



Personelle Situation

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel arbeitet mit drei Fachkräften, die sich auf einen Stellenumfang von 45,5 Wochenstunden aufteilen. Die Sachbearbeitung ist mit 19,25 Wochenstunden tätig.

Finanzierung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel wird durch die gesetzlichen Krankenkassen, Fördermittel des Kreises Wesel, des Landes NRW und durch Eigenmittel des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes getragen. Die Leistungen der Selbsthilfe-Kontaktstelle sind für die Anfragenden kostenfrei.



Gefördert vom
Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



Impressum

Herausgeber

Der Paritätische
Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel
Hanns-Albeck Platz 2
47441 Moers

Tel.: 02841 90 00 16
selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-wesel.de

Sprechzeiten in Moers

Mo. 09.00 – 12.00 Uhr und 16.00 – 18.00 Uhr
Do. 13.00 – 16.00 Uhr
Fr. 10.00 – 13.00 Uhr

Sprechzeiten in Wesel

in den Räumen der
Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB®)
Viktoriastr. 10 | 2. Etage | 46483 Wesel
jeden 2. und 4. Dienstag im Monat
14.00 – 17.00 Uhr

Redaktion und Layout

Anne Gawlik | Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel

Fotos

Titelseite, S.4 Selbsthilfe-Kontaktstelle Münster
S.2 Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel
S.3 Katja Caspers, Anne Gawlik, Sandra
Tinnefeld

Erschienen

Februar 2026