

Jahresbericht 2025



Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfe im Kreis Viersen

Klosterstr. 5, 41379 Brüggen
Internet: www.bis-brueggen.de
Mail: info@bis-brueggen.de
Tel.: (02163) 5622
FAX: (02163) 952679

Korporatives Mitglied bei der AWO

Vorwort

Das Jahr 2025 stand im Zeichen der Vertiefung, Konsolidierung und Weiterentwicklung der Selbsthilfe im Kreis Viersen. Aufbauend auf den Impulsen und Erfolgen des Vorjahres konnte die Selbsthilfebewegung ihre Rolle als verlässliche Stütze für Menschen in herausfordernden Lebenslagen weiter festigen. In einer Zeit anhaltender gesellschaftlicher und persönlicher Belastungen wurde erneut deutlich, wie unverzichtbar niedrigschwellige, gemeinschaftliche Unterstützungsangebote für das seelische und körperliche Wohlbefinden sind.

Im Verlauf des Jahres 2025 zeigte sich besonders eindrucksvoll, wie nachhaltig die in den vergangenen Jahren angestoßenen Entwicklungen wirken. Bestehende Selbsthilfegruppen konnten ihre Arbeit stabilisieren, neue Mitglieder gewinnen und ihre Angebote weiter ausdifferenzieren. Gleichzeitig entstanden neue Gruppen, die auf aktuelle Bedarfe reagierten und damit die Vielfalt der Selbsthilfelandchaft im Kreis Viersen weiter bereicherten. Selbsthilfe erwies sich erneut als lebendiger, wachsender Prozess, getragen von Engagement, Offenheit und gegenseitigem Vertrauen.

Die Mitgliederzahlen des Vereins BIS sind wieder gestiegen, was uns als Selbsthilfekontaktstelle sehr erfreut.

Als fachliche Leitung der Selbsthilfekontaktstelle BIS e.V. blicke ich auf ein Jahr zurück, das von intensiver Begleitung, vertrauensvoller Zusammenarbeit und zahlreichen konstruktiven Begegnungen geprägt war. Die enge Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen, Kooperationspartnern und Akteuren aus dem Gesundheits- und Sozialwesen hat gezeigt, wie wirkungsvoll Vernetzung sein kann, wenn sie aktiv gelebt wird. Der kontinuierliche Dialog hat dazu beigetragen, Zugänge zur Selbsthilfe weiter zu verbessern und deren Sichtbarkeit im Kreis Viersen nachhaltig zu stärken.

Ein besonderer Dank gilt allen, die mit ihrem Engagement und ihrer Unterstützung die fortlaufende Entwicklung der Selbsthilfe im Kreis Viersen ermöglicht haben.

März 2026

Herzliche Grüße

Ralf Kurzweg

Fachliche Leitung Selbsthilfekontaktstelle
BIS e.V.

Inhaltsverzeichnis

1. Rahmenbedingungen

- 1.1. Organisation und Struktur
- 1.2. Öffnungszeiten und Erreichbarkeit
- 1.3. Finanzierung der Arbeit

2. Anzahl und Wege der Kontaktaufnahme/Dauer der Kontakte

- 2.1. Geschlechterverteilung
- 2.2. Persönlicher Hintergrund der Ratsuchenden

3. Wege der Vermittlung

4. Verteilung der Anfragen auf Städte und Gemeinden

5. Themenschwerpunkte von Ratsuchenden

- 5.1. Beratungen mit erhöhtem Bedarf/Psychosoziale Beratung

6. Anliegen der Ratsuchenden

7. Aktivitäten und Schwerpunkte der Arbeit 2025

- 7.1. Gruppenkontakt
- 7.2. Öffentlichkeitsarbeit
 - 7.2.1.
 - 7.2.2. Aktionstage mit BIS e.V. 2025
- 7.3. Vernetzung und Kooperationen
- 7.4. Fort- und Weiterbildungen

8. Ausblick

Anhang I Übersicht der Selbsthilfegruppen im Kreis Viersen

Anhang II Themenliste 2025 – Übersicht der 2025 begleiteten Themen der Selbsthilfe

Anhang III Pressespiegel

Rahmenbedingungen

1.1. Organisation und Struktur

Der Verein **BIS Beratung-Information-Selbsthilfe e.V.** ist Träger der einzigen Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle im Kreis Viersen. Er wurde 1988 aus Selbsthilfeinitiativen gegründet und hat 2025 58 Mitglieder (2024:55)

Satzungsziel:

Menschen mit gemeinsamen Problemen und Anliegen die Möglichkeit zu geben, in der Gruppe eigene Erfahrungen weiter zu geben, von Erfahrungen anderer zu profitieren, einander zu helfen.

Der amtierende **ehrenamtliche Vorstand** setzte sich in 2025 zusammen aus:

Inge Härtel

Vorsitzende, Lehrerin im Ruhestand – Brüggen

Regina Gerhard

1. stellvertretende Vorsitzende

Marianne Lipp

2. stellvertretende Vorsitzende, Kommunalpolitikerin/Kreistagsabgeordnete – Niederkrüchten

Manfred Dinter (seit August 2015) – Beisitzer

Die Kontakt- und Informationsstelle BIS e.V. (Beratung Information Selbsthilfe)

räumliche Ausstattung 2025

Hauptsitz: Klosterstr. 5 in 41379 Brüggen

Ausstattung: angemietete Büro-, Beratungs- und Gruppenräume.

Außenstelle: Begegnungsstätte Freundeskreis für Rollstuhlfahrer e.V.
Gladbacher Str. 60. 41747 Viersen

personelle Ausstattung 2025

hauptamtliche Kräfte: Fachkraft für die Selbsthilfe als Vollzeitkraft
(Ralf Kurzweg, Diplom-Sozialpädagoge (FH))

Verwaltungsfachkraft als Teilzeitkraft
(Petra Budde, Verwaltungsfachkraft)

Fachkraft für die Verwaltung als Teilzeitkraft
(Martina Kall, Verwaltungsfachkraft)

1.2. Öffnungszeiten und Erreichbarkeit (Kernzeiten)

Hauptstelle Brüggen Klosterstraße 5 41379 Brüggen	Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag 9.00 Uhr – 13.00 Uhr Mittwoch 16.00 Uhr – 19.00 Uhr Und nach Vereinbarung
Außenstelle Viersen c/o Begegnungsstätte Freundes- kreis für Rollstuhlfahrer e.V. Gladbacher Str. 60. 41747 Viersen	Mittwoch 10.00 Uhr – 13.00 Uhr und nach Vereinbarung

1.3. Finanzierung der Arbeit

Finanzierung der BIS-Arbeit 2025	
Gemeinde Brüggen	€ 11.150,00
Kreis Viersen	€ 22.660,00
Land NRW	€ 11.000,00
Krankenkassen § 20 SGB V	€ 68.360,60
Einnahmen Zuschüsse	€ 113.170,00
Selbsterwirtschaftete Mittel und Spenden	€ 26.249,85
Rückzahlung Fördergelder aus 2024 an das Land NRW	€ 1.645,52
Einnahmen gesamt	€ 137.774,93
Ausgaben gesamt	€ 139.443,44

2. Anzahl, Art und Wege der Kontaktaufnahme/Dauer der Kontakte

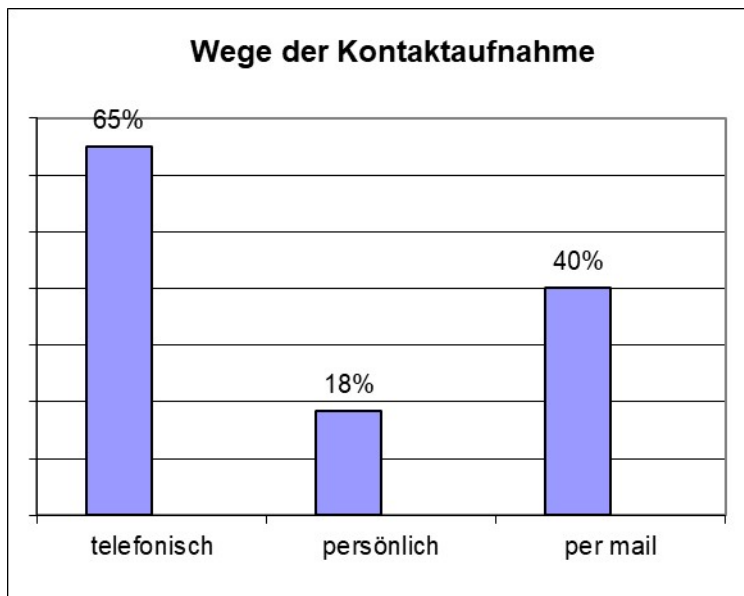
Einschub:

Grundlegendes zur statistischen Erfassung eingehender Kontakte in der BIS

Die Erfassung der Kontakte, Themen und Anliegen der Rat- und Hilfesuchenden erfolgt in einer Anfragenstatistik, die einheitlich Verwendung in allen Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfebüros in Nordrhein-Westfalen findet. Die verwendete Anfragenstatistik ist ein zentrales Ergebnis des Qualitätssicherungskonzeptes für Selbsthilfekontaktstellen, das seit 2009 verbindlich umgesetzt wird und bis heute in der jeweils gültigen Version angewendet wird.

Zum Ende eines jeden Jahres werden die Daten aller Kontaktstellen/-büros von der Koordination für Selbsthilfe in NRW (KOSKON NRW) gebündelt und an die Krankenkassen weitergeleitet. Die Daten werden zur Bewertung der Selbsthilfetrends und Bedarfe in NRW genutzt.

In 2025 erfolgte mit 1425 (**2024:1595**) Fällen eine konstante Kontaktaufnahme der BIS durch rat- und hilfesuchende Bürger*innen, professionellen Kräften und Selbsthilfegruppen. Nicht erfasst sind dabei Einzelkontakte während Veranstaltungen, Kooperationstreffen oder Gruppenbesuche.



Anfragen telefonisch:	590	(2024: 651)
Anfragen persönlich:	263	(2024: 221)
Anfragen per Mail:	572	(2024: 723)
Gesamt	1425	(2024: 1595)

2.1. Geschlechterverteilung

Die Zahl der erfassten weiblichen Anfragenden 1030 (1147 in 2024) - überwiegt gegenüber der Zahl der 375 (2024: 430) männlichen Anfragenden auch in 2025. In 3 Fällen wurde das Geschlecht nicht erfasst.

2.2. Persönlicher Hintergrund der Ratsuchenden

Im Folgenden die jeweilige Anzahl nach den in der Statistik erfassten Kategorien (in Klammern der Wert aus 2024).

a) Betroffene 818 (510)	b) Selbsthilfegruppenteilnehmer 40 (378)
c) Professionelle 365 (449)	d) Krankenkassen 57 (53)
e) Angehörige 90 (105)	f) in Vertretung für Betroffene 3 (6)
d) Sonstige 52 (94)	

„Professionelle“ und „Krankenkassen“ bilden je eine eigene Kategorie. Gesamt: 1425 Anfragen

- häufigste Kontaktaufnahme von durch Krankheit oder soziale Probleme **a) betroffene Personen** selbst
- **b) Selbsthilfegruppenteilnehmende**
- **c) Ärzte, stationäre Einrichtungen, Krankenkassen und viele andere Institutionen** lassen sich von der BIS in Sachen Selbsthilfe und weiteren Hilfsmöglichkeiten im Kreis Viersen beraten und/oder kooperieren mit der Selbsthilfekontaktstelle.
- **d) Krankenkassen** als wichtige Kooperationspartner für Kontaktstelle und Selbsthilfegruppen
- **e) Angehörige und weitere Umfeldpersonen** von Menschen, die im Hilfesuchverhalten eingeschränkt sind oder deren Umfeld unter deren Problematik leidet.

3. Wege der Vermittlung

Die Vermittlung zur BIS erfolgt auf unterschiedlichem Wege:

- die BIS ist eine **etablierte Einrichtung** und vielen Bürger*innen bekannt
- das **Internet** ermöglicht für eine Recherche vielen Personen einen schnellen Zugang
- **Professionelle** aus dem Gesundheits- und Sozialbereich nutzen die Angebote der **BIS** für die **Vermittlung** ihrer Klient*innen
- viele Ratsuchende werden durch **Freunde, Kolleg*innen oder Angehörige** auf die **BIS** aufmerksam gemacht, was sicherlich auch der ländlichen Struktur im Kreis Viersen geschuldet ist
- durch regelmäßige **Presseveröffentlichungen** wird auf die unterschiedlichen Angebote aufmerksam gemacht
- **professionelle Kräfte, Einrichtungen, Ärzte, Krankenhäuser** haben gute Erfahrungen mit der Arbeit der BIS gemacht und **empfehlen diese weiter**
- die BIS ist zusammen mit einzelnen Selbsthilfegruppen regelmäßig mit z.B. **Informationsständen** im Kreisgebiet präsent

Kontakt zur BIS erfolgte über (bzw. Vermittlung über):

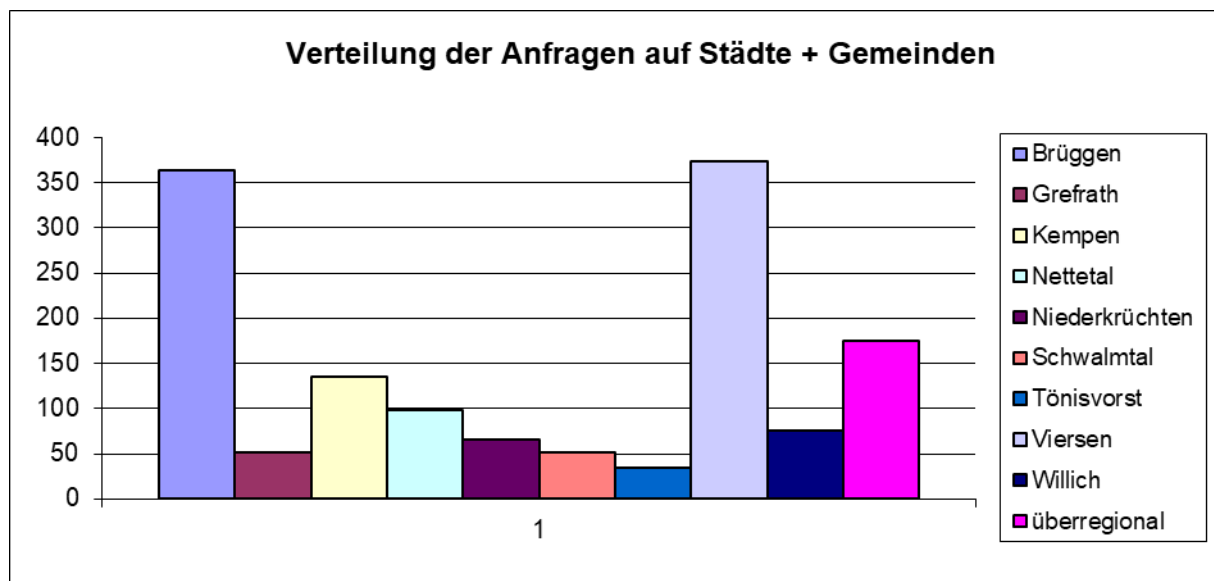
(in Klammern die Zahlen vom Vorjahr)

Unbekannt/Sonstige	61 (98)
Selbsthilfeunterstützungsstellen	146 (161)
Professionelle	302 (401)
Internet	229 (233)
FreundInnen, Angehörige, Kollegen	10 (8)
Selbsthilfegruppen	452 (438)
Selbsthilfe-Printmedien	46 (92)
Medien	166 (151)
<u>Veranstaltungen</u>	<u>13 (13)</u>

Gesamt	1425 (1595)
---------------	--------------------

(hier nicht aufgeführt sind die erfassten Kontakte aus bereits angebundenen Selbsthilfegruppen, die z.B. eine Gruppenunterstützung oder andere selbsthilfegruppenspezifische Angebote suchen. Die Vermittlung über Selbsthilfegruppen wird dann gezählt, wenn die Kontaktaufnahme über nicht an die BIS angebundene Gruppen oder über die zu vermittelnde Person selbst erfolgt.)

4. Verteilung der Anfragen auf Städte und Gemeinden



Verteilung der (erfassten) Anfragen in Zahlen (in Klammern der Wert aus 2024):

Viersen	374	(367)
Brüggen	364	(339)
Kempen	135	(134)
Nettetal	98	(116)
Niederkrüchten	66	(66)
Schwalmthal	51	(53)
Willich	66	(73)
Grefrath	52	(49)
Tönisvorst	34	(29)
Überregional	160	(339)
Unbekannt	25	(30)

Gesamt: 1425 (1595)

5. Themenschwerpunkte von Ratsuchenden

Im Folgenden eine Übersicht der Themen, die in **2025 mindestens zehnmal benannt wurden:**

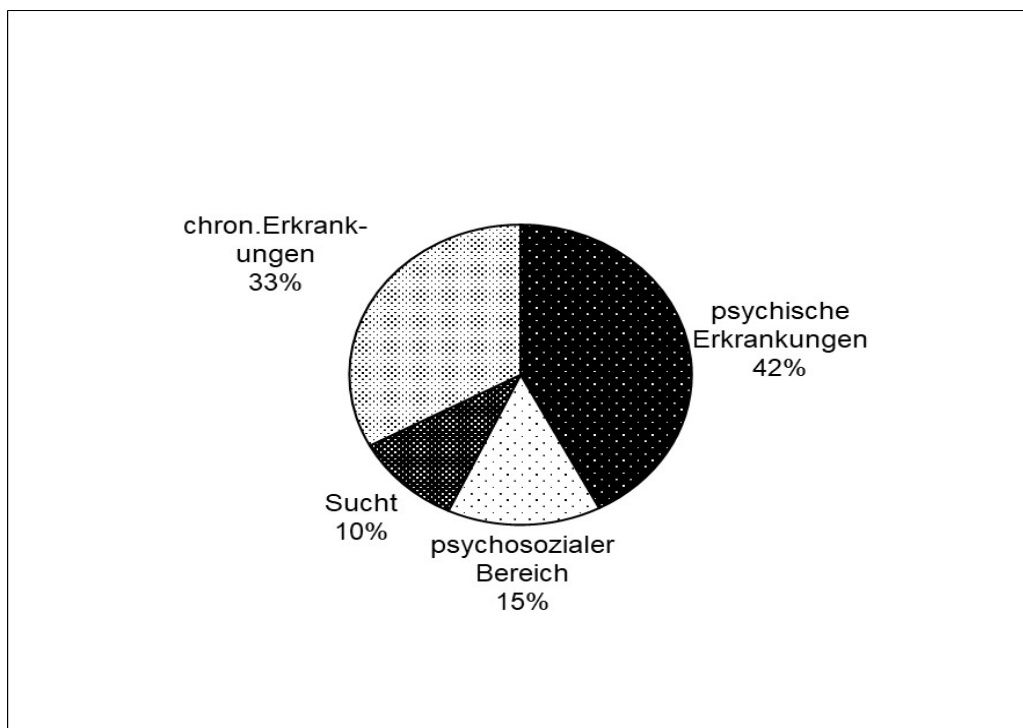
Depression/bipolare Störungen	267
Angst/Panik/Phobie	34
Adipositas	13
Sucht Alkohol	70
Trauer/Tod	25
Borderline	44
AD(H)S	38
Sucht Essstörungen	10
Familie, Eltern, Kind - nicht näher bezeichnet	78
Fibromyalgie	28
Gewalt-Missbrauch Opfer	11
Gewalt-Missbrauch Täter	14
Long Covid/Post Vac	46
Parkinson	12
Pflege	12
Schlaganfall/Apoplexie	33
Seltene Erkrankungen	11
Suizid	22
Trennung - Scheidung	11
Krebserkrankung	74

Krankheitsverzeichnis	Ergebnis
Allergische und asthmatische Erkrankungen / Krankheiten des Atmungssystem	4
Angeborene Fehlbildungen / Deformitäten / Chromosomenanomalien	5
Bösartige Neubildungen / Tumorbildungen	78
Chronische Schmerzen	0
Endokrine Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten	14
Familie/Lebensform	91
Hauterkrankungen / chronische Erkrankungen des Hautanhangsgebildes und der Unterhaut	0
Hirnbeschädigungen	0
Infektiöse Krankheiten	46
Krankheiten der Sinnesorgane / Hör,- Seh- und Sprachbehinderungen	1
Krankheiten der Verdauungsorgane und des Urogenitaltraktes	6
Krankheiten des Blutes, des Immunsystems / Immundefekte	1
Krankheiten des Kreislaufsystem / Herz-Kreislaufferkrankungen	37
Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems, der Gelenke, der Muskeln und des Bindegewebes	47
Krankheiten des Nervensystems	52
Lebererkrankungen	3
Organtransplantationen	0
Pflege	5
Psychische und Verhaltensstörungen / Psychische Erkrankungen	394
Seltene Erkrankungen	11
Sonstiges	6
Soziale Themen / Lebensbewältigung	39
Suchterkrankungen	95
Gesamtergebnis	935

Benannte Krankheitsbilder / Problemsituationen 2025 (in Klammern Vorjahreswert)

psychische Erkrankungen	400 (423)
Chron. Erkrankungen/Behinderungen	305 (322)
Soziale Themen/Lebensbewältigung/Familie	135 (143)
Suchterkrankungen	95 (87)
Sonstiges	- (18)
Gesamtzahl Nennungen	935 (993)

Der Bereich der psychischen Erkrankungen bleibt für die Selbsthilfekontaktstelle BIS, auch in im bundesweiten Trend der Kontaktstellen in **2025**, am häufigsten angefragt.



5.1. Beratungen mit erhöhtem Bedarf / Psychosoziale Beratung

Die Beratung soll therapeutische, medizinische oder Selbsthilfe nicht ersetzen, sondern dient in diesen Fällen der:

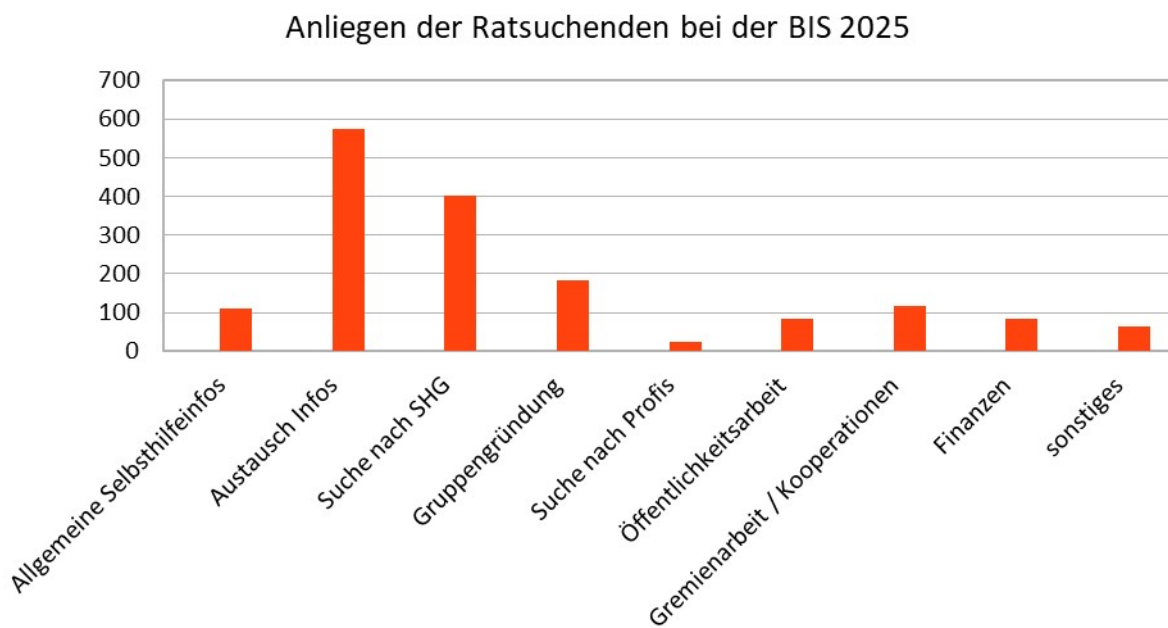
- psychischen Stabilisierung, Orientierung und der Entlastung
- Klärung des Hilfebedarfs und der Situation des Betroffenen unter Einbeziehung der allgemeinen Lebenssituation
- Information und der Vermittlung geeigneter Hilfen, Angebote, Therapien, Selbsthilfestrukturen/Gruppen
- Förderung der Eigenkompetenz bezüglich des Krankheitsbilds und der eigenen Bedürfnisse und Ressourcen
- Förderung der Selbsthilfe in diesem Bereich im Allgemeinen

Die psychosoziale Beratung bei erhöhtem Einzel- und Klärungsbedarf wurde in 44 (2024:43) Fällen durchgeführt.

6. Anliegen der Ratsuchenden

Gesamt 1640 (2025): (Vorjahr: 1899)

	2025	2024
Allgemeine Selbsthilfeinfos	111	144
Austausch Infos	573	602
Suche nach Selbsthilfegruppen	403	461
Gruppengründung	182	198
Suche nach Profis	23	19
Öffentlichkeitsarbeit	83	142
Gremienarbeit / Kooperationen	118	174
Finanzen	83	86
Sonstiges	64	73



7. Aktivitäten und Schwerpunkte der Arbeit 2025

7.1. Gruppenkontakt

Die Beziehungsarbeit zwischen der Kontaktstelle und den regionalen Selbsthilfegruppen ist von entscheidender Bedeutung für das Funktionieren und den Erfolg der Selbsthilfearbeit. Durch eine enge Zusammenarbeit kann die BIS die Bedürfnisse und Anliegen der Selbsthilfegruppen besser verstehen und gezielter unterstützen. Sie kann den Bedarf und die Anforderungen der Selbsthilfegruppen besser erfassen und bietet Unterstützung bei organisatorischen Fragen, der Suche nach Räumlichkeiten, finanziellen Mitteln sowie der Bewerbung von Veranstaltungen.

Die BIS dient als Vermittler zwischen den Selbsthilfegruppen und anderen Organisationen im Gesundheits- und Sozialbereich. Sie fördert die Vernetzung zwischen den Gruppen und ermöglicht den Austausch von Erfahrungen und Ressourcen. Durch Beziehungsarbeit können gezielt inhaltliche Impulse angeboten werden, die auf die Bedürfnisse der Selbsthilfegruppen zugeschnitten sind. Meist wird durch Stärkung der Gruppenteilnehmer*innen die Qualität der Selbsthilfearbeit verbessert. Die BIS bietet eine kontinuierliche Begleitung und Beratung für Selbsthilfegruppen an, steht als Ansprechpartnerin bei Fragen und Probleme zur Verfügung und unterstützt bei der Lösungsfindung. Insgesamt trägt die Beziehungsarbeit dazu bei, die Selbsthilfearbeit zu stärken, die Selbsthilfegruppen zu unterstützen und eine umfassende Unterstützung für Ratsuchende sicherzustellen.

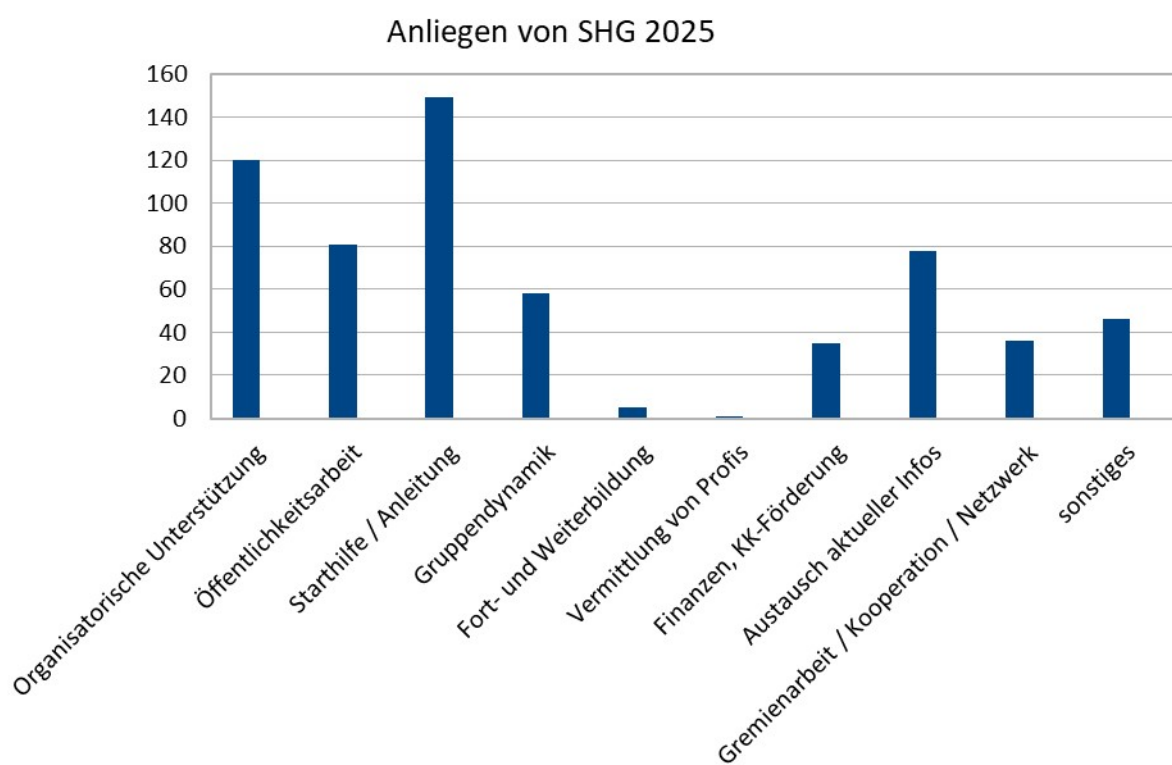
Übersicht Anzahl der 2025 von der BIS erfassten und begleiteten Selbsthilfegruppen im Kreis Viersen nach Oberbegriffen

	2025	2024
Chronisch Erkrankungen/ Behinderungen	62	(59)
Gruppen Psychosozialer Bereich	22	(20)
Gruppen Eltern-Kind/ Familie	18	(18)
Gruppen Psychische Erkrankungen	24	(19)
Gruppen Suchterkrankungen	14	(14)

Im Jahr 2025 wurden im Kreis Viersen 10 neue Selbsthilfegruppen eröffnet!

Gruppenkontakt Art und Anzahl der Anfragen

	2025	2024
Organisator. Unterstützung	120	123
Öffentlichkeitsarbeit	81	87
Starthilfe/Anleitung	149	128
Gruppendynamik	58	39
Vermittlung von Profis	1	0
Fortbildung	5	4
Finanzen, Krankenkassenförder- ung	35	29
Austausch aktueller Infos	78	67
Gremienarbeit/Kooperationen	36	43
Sonstiges	46	52



7.2. Öffentlichkeitsarbeit

7.2.1. „SelbsthilfeNews für den Kreis Viersen“

Seit März 2020 gibt die Selbsthilfekontaktstelle BIS zweimonatlich den Online-Newsletter „SelbsthilfeNews für den Kreis Viersen“ heraus. Dieser kann über eine zentrale Plattform als E-mail-Newsletter abonniert werden, aber auch als PDF-Datei von der Homepage der BIS heruntergeladen werden.

„SelbsthilfeNews sind ein Angebot der Ersatzkassen, AOK, BKK, IKK classic, Knappschaft und SVLFG. Es handelt sich um ein Angebot im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach §20h SGB V.

Mit vier Kontaktstellen sind die SelbsthilfeNews 2013 im Rahmen eines Modellprojektes gestartet. Seitdem hat sich die SelbsthilfeNews-Familie permanent erweitert und inzwischen geben bereits 47 Städte und Regionen/Kreise in Nordrhein-Westfalen alle 2 Monate ihre SelbsthilfeNews heraus.“(www.selbsthilfe-news.de)

Die Redaktion des Newsletters für den Kreis Viersen liegt bei der Fachkraft für Selbsthilfeunterstützung im Kreis Viersen, auch die Gestalter*innen der regionalen Selbsthilfe haben die Möglichkeit, mit eigenen Beiträgen auf sich aufmerksam zu machen. Die Beiträge werden von der zuständigen Agentur in ein bestehendes Newsletter-Format übertragen und mit graphischen Elementen aufgewertet. So ist regelmäßig gewährleistet, dass die aktuellen Informationen zur Selbsthilfe ansprechend aufbereitet und zeitnah sowohl der breiten Öffentlichkeit, als auch der Selbsthilfe selbst zugänglich werden.

Die SelbsthilfeNews sind auch als App verfügbar und auf zahlreichen Geräten nutzbar, herunterladbar auf Google Play und den Apple App Store.
Beispiel Ausgabe September (Auszüge)



Die SelbsthilfeNews Kreis Viersen bieten einen Überblick auf alle selbsthilferelevanten Themen -alle zwei Monate neu!

7.2.2. Aktionstage 2025 mit BIS-Teilnahme:

- **Fortbildung Selbsthilfe** 23.01.25
LVR-Klinik
- **Aktion Mensch Viersen** 03.05.25
Viersen, Fußgängerzone
- **Jubiläum Koskon und LAK** 02.-04.06.25
Jahrestagung Aachen mit BIS
- **„Nettetalter Ehrenamts-Meile“** 05.07.25
Lobberich, Fußgängerzone
- **Selbsthilfetag Viersen** 26.07.25
Viersen Fußgängerzone
- **Film „Expedition Depression“** 09.09.25
Viersen - Stadtbibliothek (Königsburg, PHG)
- **Film „Expedition Depression“** 10.10.25
Viersen – LVR-Klinik
- **Tag der Vereine** 03.10.25
Brüggen
- **Selbsthilfetag LVR-Klinik** 13.10.25
Süchteln
- **Tag der Trauer** 25.10.25
Viersen
- **Krankenpflegeschule LVR-Klinik** (2 Seminare) 17.07/06.11.25
- **Seminar Moderation Gruppensprecher** 01.12.25
Willich

- **2025 feiert die Koskon NRW ihr 35-jähriges und der Landesarbeitskreis der Selbsthilfekontaktstellen NRW sein 40-jährige Jubiläum**



Aus diesem Anlass wurde für die Jahrestagung 2025 der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. in Aachen gemeinschaftlich eine Ausstellung mit Säulen gestaltet. Daraus ist auch eine Ausstellungsbroschüre im Kleinformat entstanden.

Die Ausstellung gibt einen Einblick in die Grundlagen, Meilensteine und die Haltung der Selbsthilfe-Unterstützung in Nordrhein-Westfalen.



Ralf Kurzweg, Fachlicher Leiter der BIS e. V. auf der Jahrestagung in Aachen vor der *Säule Trägervielfalt* in der auch Inge Härtel, Vorstandsvorsitzende der BIS e. V. genannt ist.

- Selbsthilfetag Viersen 2025: Ein voller Erfolg!

Am Samstag, dem 26.08.2025, fand der Selbsthilfetag in Viersen bei strahlendem Sonnenschein statt – und er war ein voller Erfolg! 16 Selbsthilfegruppen aus den Bereichen wie zum Beispiel Long Covid, Krebserkrankungen, Trennung und Scheidung, Sucht und Psyche präsentierten sich kreativ und vielfältig. Die Gruppen boten nicht nur Informationen, sondern auch über inhaltliche Gespräche mit praxisnahen Einblicken aus ihrer Arbeit, was das Event zu einem lebendigen Treffpunkt für Austausch und Unterstützung machte.



Eine „Dudelsackgruppe“ zog viele Menschen an.



Mit dabei die Selbsthilfegruppe Lipödem „Lily-Leben“



- Gemeinsam stark:

„Tag der Vereine“ in Brüggen begeistert Jung und Alt

	
Ablauf Bühnenprogramm – Tag der Vereine 2025 Datum: 3. Oktober 2025	
11:00	Eröffnung durch stellv. Bürgermeister oder Orga Team
11:10-11:40	Brüggen Liebevoll: Flummis 20 Kinder Roland Zetzen
12:00-12:15	Interview Frank Schiffers (Markus Wagner, Luft Sport Verein)
12:15-12:45	Gospelchor (20 Min.)
13:15-13:45	Wasserratten: 2 Tanzgarden (Littles und große Garde) (2x10Min.)
14:00-14:15	Interview Frank Schiffers (Britta Reimann, Ponyexpress)
14:30-14:45	TuRa Brüggen Cheerleader
14:45-15:00	Interview Frank Schiffers (Dieter Müller, Bruderschaften)
15:00-15:15	TSF Tanzauftritt (Flashmob Kindertanzgruppe)
15:30-15:45	Spielschar
16:00-16:15	Interview Frank Schiffers (Claudio Zaza, Tambour/Fanfarenkorps)
16:15-16:45	Tambour-u. Fanfarenkorps Einigkeit Bracht e.V.
17:00- offen	Cäcilia Brüggen

Am Tag der Deutschen Einheit präsentierten sich 30 Brüggener Vereine mit einem bunten Programm auf dem Sportplatz der TSF Bracht.

Ziel war es, neue Mitglieder, Unterstützer und helfende Hände für die vielfältige Vereinsarbeit zu gewinnen.

Organisatorinnen Silke Langner und Benita Weiß zeigten sich begeistert vom großen Besucherandrang.

Der Tag machte deutlich, wie eindrucksvoll, lebendig und vielfältig das Vereinsleben und Ehrenamt in Brüggen ist – und dass jeder mitmachen kann.

7.3. Vernetzung und Kooperationen

Die Vernetzung von Selbsthilfekontaktstellen mit anderen Einrichtungen, Verwaltungen und Organisationen ist unerlässlich, um eine ganzheitliche Unterstützung für Ratsuchende zu gewährleisten und die Selbsthilfearbeit effektiv zu fördern. Diese Verbindungen ermöglichen einen regen Informationsaustausch über verfügbare Hilfsangebote und Veranstaltungen. Zudem erleichtert die Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen die gezielte Vermittlung von Ratsuchenden an passende Hilfsangebote.

Durch gemeinsame Veranstaltungen und Vorhaben kann die Selbsthilfekontaktstelle BIS ihre Reichweite erweitern und die Angebote der Selbsthilfe bekannter machen. Die Vernetzung mit anderen Akteuren im Gesundheits- und Sozialwesen stärkt die Selbsthilfearbeit, indem sie einen kontinuierlichen Austausch von Erfahrungen, Ressourcen und Fachwissen ermöglicht, was letztendlich dazu beiträgt, die Selbsthilfegemeinschaft zu stärken und Ratsuchenden eine umfassende Unterstützung zu bieten. Auch bietet die Vernetzung den Selbsthilfeakteuren nicht selten eine angemessene Form der Teilhabe.

Gremienarbeit, Projekte und Kooperationen in 2025:

Gremien

- *Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen Kreis Viersen*
- *Gesamttreffen, Vergabesitzung der Krankenkassenmittel)*
- *Arbeitskreis für Behindertenfragen in der Stadt Viersen (5x)*
- *Landesarbeitskreis Selbsthilfekontaktstellen, Arbeitskreis (4x, ganztägig)*
- *Pflegekonferenz Kreis Viersen (2x)*
- *Netzwerk behinderter Menschen Nettetal*
- *Behindertenbeirat Gemeinde Brüggen (3x,)*
- *Deutsche Arbeitsgemeinschaft SHG Mitgliederversammlung (1x, 2 h)*
- *Mitgliederversammlung BIS e.V. (1x, 2,5 h)*
- *Gemeindepsychiatrischer Verbund Kreis Viersen (10 x)*
- *Team EUTB (12x)*
- *AG Unabhängige Beschwerdestelle GPV (4x)*
- *Gesundheitskonferenz im Kreis Viersen (2x)*
- *Gemeinschaft der Krankenkassen*

Kooperationen im Rahmen von Projekten/Fallbesprechung/fachlicher Austausch

Beratungsstellen

- *Senioren- und Pflegeberatung, fachlicher Austausch*
- *Frauenberatungsstelle Viersen*
- *Kinderschutzbund*
- *Kontakt-Rat-Hilfe,*
- *PHG Viersen*
- *Sozialpsychiatrischer Dienst Kreis Viersen*
- *Arbeiterwohlfahrt*
- *diverse Krankenkassen/-verbände*
- *KoKoBe Viersen*
- *LVR-Verbund HPH*
- *Lebenshilfe*
- *EUTB Kreis Viersen*
- *Gemeindepsychiatrischer Verbund*
- *Kosa (Kassenärztliche Vereinigung)*
- *Gesundheitsamt Kreis Viersen*
- *AWO Kreis Viersen*
- *Der Paritätische Kreis Viersen*
- *Kontaktstelle Pflegeselbsthilfe*

Selbsthilfe-Kontaktstellen/Selbsthilfe-Büros

- *Der Paritätische, Selbsthilfe- und Kontaktstelle Mönchengladbach*
- *Der Paritätische, Selbsthilfe- und Kontaktstelle Kreis Kleve*
- *Der Paritätische, Selbsthilfe- und Kontaktstelle Krefeld*
- *Der Paritätische, Selbsthilfe- Kontaktstelle Heinsberg*
- *Selbsthilfebüro Düsseldorf*
- *Wiese e. V. Essen*
- *Selbsthilfe-Kontaktstelle der Stadt Wuppertal*

Mitsprache von Betroffenen im Gemeindepsychiatrischen Verbund im Kreis Viersen - Kooperation mit dem Gemeindepsychiatrischen Verbund und der Psychiatrischen Hilfgemeinschaft Viersen (PHG Viersen e.V.) /Beschwerdestelle

Die Selbsthilfekontaktstelle BIS ist aktives Mitglied im Gemeindepsychiatrischen Verbund im Kreis Viersen. Die Träger und Anbieter der psychiatrischen Versorgung erarbeiten hier Strategien zur Verbesserung der Versorgung und Lebenssituation von Menschen mit einer psychischen Erkrankung im Kreis Viersen. Die BIS setzt sich für die Belange der Selbsthilfe ein und trägt die Ergebnisse weiter.

Zudem richtet die BIS einen Arbeitskreis in Kooperation mit der Psychiatrischen Hilfgemeinschaft aus, deren gewählte Sprecher*innen an den Sitzungen des Verbundes teilnehmen.

Die dazugehörige

Beschwerdestelle im Gemeindepsychiatrischen Verbund Viersen (GPV)

bietet eine wichtige Anlaufstelle für Nutzer*innen von Einrichtungen der psychiatrischen Versorgungslandschaft, um sich unabhängig zu äußern und Beschwerden vorzutragen, die durch das interne Beschwerdemanagement der Einrichtungen nicht aufgefangen werden können.

„Thomas S. arbeitet in dem Team, das aus Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften aus diversen Einrichtungen besteht: „Als Teammitglied der unabhängigen Beschwerdestelle des Gemeindepsychiatrischen Verbundes im Kreis Viersen empfinde ich es als äußerst wichtig, als selbst von einer psychischen Erkrankung Betroffener, anderen Menschen zu helfen. Unsere Teamzusammensetzung aus Betroffenen und professionellen Kolleg*innen ermöglicht eine besondere Form der Zusammenarbeit. Durch den Austausch unterschiedlicher Perspektiven können wir die Bedürfnisse und Sorgen derjenigen, die sich in ihren betreuenden Einrichtungen nicht verstanden fühlen, besser nachvollziehen und gemeinsam mit ihnen sowie den beteiligten Einrichtungen angemessene Lösungen erarbeiten, wenn dies vor Ort nicht ohne Hilfe möglich scheint.

Wir arbeiten eng mit kooperierenden Einrichtungen im Bereich der sozialpsychiatrischen Versorgung im Kreis Viersen zusammen. In unserer unabhängigen Beschwerdestelle bieten wir einen Raum für offene Gespräche, in denen wir aktiv den Blickwinkel der Betroffenen einnehmen und ihnen aufmerksam zuhören. Gemeinsam erarbeiten wir Lösungen für ihre Beschwerden und setzen uns dafür ein, dass ihre Anliegen ernsthaft angegangen und angemessen behandelt werden.

Ich freue mich, Teil eines Teams zu sein, das Menschen in schwierigen Situationen unterstützt und ihnen eine Stimme verleiht. Unsere Arbeit zeigt deutlich, dass Verständnis und Empathie die Grundlagen für positive Veränderungen sind.“

Die Selbsthilfekontaktstelle BIS ist erster Ansprechpartner bei Anfragen und unter 02163-5622 erreichbar.“



Kooperation im Rahmen der „Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB)“ im Kreis Viersen

Kooperations- und Verbundpartner: AWO Kreisverband Viersen e.V., Lebenshilfe Viersen e.V., Psychiatrische Hilfgemeinschaft GmbH, LVR Verbund HPH, BIS e.V.

Die BIS ist Teil des verbindlichen Rahmenkonzeptes zur Umsetzung und Stärkung der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung im Kreis Viersen (www.teilhabeberatung.de)
Mittlerweile ist die Förderung des bundesweiten Konzepts bis Ende 2029 weiterbewilligt worden, so dass viel Entwicklungsspielraum auch im Kreis Viersen besteht. Die BIS arbeitet eng mit dem Beraterteam der EUTB zusammen und bietet Unterstützung bei Planung und Koordination. Sie stellt die Brücke zur Selbsthilfe dar und gibt Anfragen aus der Bevölkerung weiter, die sie mit dem Beraterteam abstimmt.

Die EUTB unterhält über die Fläche des Kreises Beratungsstandorte vor.

Beratungsstandort in der Selbsthilfekontaktstelle Brüggen

Die EUTB („Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung von Menschen mit Behinderungen“) eröffnete 2023 ihren Beratungsstandort in der Burggemeinde Brüggen! Menschen, die von einer körperlichen, psychischen oder geistigen Behinderung (auch als Angehörige) betroffen sind erhalten durch die Beratung kostenlos und unverbindliche Hinweise und Unterstützung zur selbstbestimmten Lebensgestaltung. Die Berater*innen helfen bei der Orientierung bei Themen wie Wohnen, Freizeit und Arbeit, Schwerbehinderung, der Pflege und vielem mehr. Die Ratsuchenden bestimmen die Inhalte der Beratung frei. Der Beratungsansatz sieht auch den Einsatz von geschulten Peer-Berater*innen vor (Angehörige und selbst von Behinderung Betroffene).

Die Sprechstunde findet **mittwochs in der Zeit zwischen 15.00 und 17.00 Uhr** in der Klosterstr. 5, 41379 Brüggen, statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, aber erbeten unter 02163 - 56 22.

7.4. Fort- und Weiterbildungen

Fachkraft

- „Selbsthilfe für alle – Vielfalt leben, Gesundheit stärken“

45. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG)
vom 02. bis 04. Juni 2025 in Aachen

- „50 Jahre Psychiatrie-Enquete früher, heute , morgen“

08. Juli 2025 in Nettetal-Lobberich, Fachtagung der LVR-Klinik Viersen, Kontakt-Rat-Hilfe e.V., der PHG (Psychiatrische Hilfgemeinschaft) Viersen im Auftrag des GPV (Gemeindepsychiatrischer Verbund) Viersen

Verwaltungsfachkraft

- „Schwierige Gespräche am Telefon“

01.09.2025 von der KOSKON NRW in Köln-Deutz

- „Gesprächskultur gestalten-Vertrauensräume öffnen“

25.09.2025 von der KOSKON NRW in Essen

8. Rück- und Ausblick:

Erfolgreiches Jahr für die Selbsthilfe im Kreis Viersen – voller Erwartung für 2026

2025 war ein Jahr voller Fortschritte und Neuerungen für die Selbsthilfe im Kreis Viersen. Der Verein BIS konnte dabei unterstützen insgesamt zehn neue Selbsthilfegruppen ins Leben zu rufen, die nun vielfältige Unterstützung für Betroffene und deren Angehörige bieten. Besonders hervorzuheben sind Gruppen wie die ADHS-Gruppen in Willich, sowie die Fibromyalgie-Gruppe in Kaldenkirchen. Auch die Erweiterung durch die zweite Gruppe für „Verlassene Eltern“ in Brüggen, sowie der Trauerstammtisch in Bracht sind ein wichtiger Bestandteil des breiten Angebots. Zudem gab es zwei neue Depressionsgruppen in Brüggen und Kaldenkirchen.

Neben den bereits gestarteten Gruppen sind weitere Selbsthilfeangebote in Planung, wie zum Beispiel eine Gruppe für Schlaganfall-Betroffene in Kempen oder eine Eltern-Kind-Gruppe für ADHS in Viersen. Diese neuen Initiativen zeigen den stetigen Bedarf und das wachsende Interesse an Selbsthilfeangeboten, die den Menschen im Kreis Viersen helfen, mit schwierigen Lebenssituationen besser umzugehen.

Auch in der Öffentlichkeitsarbeit war 2025 ein Jahr voller Veranstaltungen und Aktionen. Vom Selbsthilfetag in Viersen über Filmvorführungen wie „Expedition Depression“ bis hin zu Fortbildungen in der LVR-Klinik – der Verein BIS war stets aktiv, um das Thema Selbsthilfe in den Mittelpunkt zu rücken und die Menschen über Angebote und Unterstützungsmöglichkeiten zu informieren.

Einige der besonderen Ereignisse in 2025 waren der große Selbsthilfetag in Viersen, der Selbsthilfetag in der LVR-Klinik und die Teilnahme an der „Nettetalter Ehrenamts-Meile“ in Lobberich, sowie der „Tag der Vereine“ in Brüggen-Bracht.

Doch der Blick richtet sich bereits auf 2026: Im kommenden Jahr erwartet uns der große Selbsthilfetag am Samstag, den 11. Juli 2026 in Viersen, der zahlreiche Möglichkeiten zum Austausch und zur Vernetzung bieten wird. Zudem werden weitere Gruppen ins Leben gerufen und bestehende Angebote ausgebaut. Die Planung und Vorbereitung läuft bereits auf Hochtouren, und wir freuen uns darauf, noch mehr Menschen in ihrer Selbsthilfe und in ihrer Lebensbewältigung zu unterstützen.

Das Jahr 2025 war ein voller Erfolg für die Selbsthilfe im Kreis Viersen, und wir sind gespannt auf das, was 2026 bringt. Gemeinsam blicken wir auf ein Jahr voller Chancen und neuer Perspektiven für die Menschen, die auf Unterstützung angewiesen sind.

Gez. Ralf Kurzweg

Anhang I

Übersicht der Selbsthilfegruppen im Kreis Viersen Stand Ende 2025

rot= neue Selbsthilfegruppen gegründet in 2025

Gruppen chronische Erkrankungen/Behinderungen

Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus
Angehörige von Menschen mit erworbenen Hirnstörungen
Adipositas Grefrath
Adipositas Kempen
ADHS Willich
Bechterew Selbsthilfe Straelen e.V.
Beratungsangebot für Organtransplantierte/Organspende BDO - Bundesverband der Organtransplantierten e.V.
Beratungsangebot von Betroffenen für Betroffene von Nahrungsunverträglichkeiten wie Milchzucker- und oder Fructoseunverträglichkeit sowie Zöliakie und Sprue
Blinden- und Sehbehindertenverein Mönchengladbach-Viersen e.V.
Blinden Hörzeitung ATZ e.V.
Bundesverband für Diabetesbewegungstherapie und -therapeuten e.V.
Bundesverband Skoliose-Selbsthilfe e.V. IG für Wirbelsäulengeschädigte Selbsthilfegruppe Niederrhein
COPD Selbsthilfe Viersen Mitglied der COPD Selbsthilfe - Gemeinschaft
Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. Arbeitsgemeinschaft Kempen
Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. Arbeitsgemeinschaft Viersen im Haus des Caritas-Verbandes
Diabetiker Selbsthilfegruppe Kempen

DMSG Kontaktkreis Kempen Multiple Sklerose Beratung
DMSG Kontaktkreis Nettetal Neu-Betroffenen-Beratung
DI. Ilco e.V. Ileostomie - Colostomie - Urostomie Vereinigung Rhein - Maas
DI. Parkinson Vereinigung Regionalgruppe Kempen - Geldern
EEH Epilepsie Eltern Hilfe
Frauenselbsthilfe nach Krebs Landesverband NRW e.V. Gruppe Viersen
Freundeskreis für Rollstuhlfahrer Viersen 1974 e.V.
Fibromyalgie Kaldenkirchen 1
Fibromyalgie Kaldenkirchen 2
Gemeinnützige Elterninitiative Kindertraum e.V. Integration behinderter und nicht behinderter Kinder
Gesprächskreis Schilddrüse
Herzrhythmusstörungen
Herzsportgruppe Schwarz Weiß 1926 Elmp e.V.
Herzsportgruppe SG Dülken 1860/95 e.V.
Interessengemeinschaft "Künstliche Niere und Transplantierte" NRW e.V.
Kempener Selbsthilfegruppe für Fibromyalgie-Betroffene
Koronarsport OSC Waldniel
Koronarsportgruppe bei den TSF Bracht
Krebsnachsorge Gesprächskreis DRK Kreisverband Viersen e.V.
Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung im Kreis Viersen e.V. Hauptgeschäftsstelle
Lebertransplantierte Deutschland e.V. Bereich Mönchengladbach / Viersen
Long Covid/Post Covid/Vac Brüggen
Long Covid/Post Covid/Vac Kempen
Morbus-Osler-Selbsthilfe e.V. bundesweit
MS - Multiple Sklerose SHG Willich
Multiple Sklerose Kontaktkreis Viersen II
Nierensport Nettetal gemeinnütziger e.V. Städt. Krankenhaus Nettetal
Osteoporose SHG Kempen Bundeselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.
Osteoporose SHG Krefeld e.V.
Osteoporose SHG Schwalmatal
Prostata Selbsthilfegruppe Viersen
Prostata-Selbsthilfe-Gruppe Wachtendonk-Wankum e.V.
Schlaganfall Brüggen
Schlaganfall Willich
Selbsthilfe Schlafapnoe/Atemstillstand Mönchengladbach und Viersen
Selbsthilfegruppe Asperger Syndrom Autistische Beeinträchtigung
Selbsthilfegruppe Blasenenerkrankungen
J. Parkinsoninitiative
Selbsthilfegruppe für Tinnitus-, Morbus Menière- und Hörgeschädigte
Selbsthilfegruppe für Menschen mit Aphasie/ Sprachstörungen und deren Angehörige

Selbsthilfegruppe Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa Niederrhein
Selbsthilfegruppe Polio Regionalgruppe Düsseldorf-Region Niederrhein
Sport in der Krebsnachsorge Sportverein Schwarz-Weiß Elmp
Starke Frauen- Leben mit dem Lipödem
Stoma Selbsthilfegruppe Viersen

Gruppen psychosozialer Bereich

Adipositas Selbsthilfegruppe
Alzheimer Angehörigen Gruppe Kempen
Demenz-Info Viersen, Beratungsangebot von Betroffenen für Betroffene
Demenzcafé "Sorgenfrei"
Frauen nach Schwangerschaftsabbruch Beratungsangebot von Betroffenen für Betroffene über Donum vitae Kreis Viersen e.V.
Gesprächskreis Pflegende Angehörige Nettetal
Gesprächskreis für Pflegeeltern
Gesprächskreis Verfüß-dich-nicht DRK-Kreisverband Viersen e.V. -Tagespflegehaus-
Hospizinitiative Kreis Viersen e.V. Ambulanter Hospiz- und Palliativ- Beratungen
Kinderverschickung Brüggen
Mobbing - Beratungsangebot von Betroffenen für Betroffene
Pflegeelterngruppe Stadt Willich
PLOP (Pfunde lassen ohne Panik)
Senioren-Initiative Altenhilfe Kempen e.V.
Singleshilfe (Singles helfen Singles)
Trauercafé - Begegnungscfé - Ökumenisches -
Trauercafé Viersen (im Haus der Caritas)
Trauergruppe - Ökumenische - im Malteserhaus
Verlassene Eltern Brüggen 1
Verlassene Eltern Brüggen 2

Gruppen Eltern Kind Familie/Angehörige/Freunde

"Das hyperaktive Kind" Regionalgruppe Kempen-Viersen
"Kunterbunte Leben" SHG für aufmerksamkeitsgestörte Kinder
Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Jugendlicher im Kreis Viersen e.V.
Eltern-Kind-Entfremdung Viersen

Gemeinnützige Elterninitiative Kindertraum e.V. Integration behinderter und nicht behinderter Kinder

Gesprächskreis Pflegende Angehörige Schwalmatal

Gesprächskreis für Pflegeeltern

Gesprächskreis Pflegende Angehörige Willich

Gesprächskreis Pflegende Angehörige Viersen

Hilfe für das autistische Kind Regionalverband linker Niederrhein e.V.

Loewenkinder-Verein zur Unterstützung krebskranker Kinder Viersen e.V.

Lymphangiom bei Säuglingen und Kleinkindern Beratungsangebot für Betroffene

Malteser Hospizgruppe "Klaus Hemmerle"

Maxi Q. Willich Elterninitiative zur Unterstützung hochbegabter Kinder

Pflegeelterngruppe Stadt Willich

Selbsthilfegruppe Asperger Syndrom Autistische Beeinträchtigung

Sorgentelefon für Eltern von KiSS-Kindern

Trauercafé der BIS Brüggen

Trauerstammtisch Bracht

Trauercafé - Begegnungscfé - Ökumenisches -

Trauergruppe - Ökumenische - im Malteserhaus

Gruppen Psychische Erkrankungen

Angehörige von psychisch Kranken

Angehörige Borderline Brüggen

Angst/Panik/Depressionen Gruppe Viersen II

Angst/Panik/Depressionen - Gruppe Brüggen

Depression Hope Brüggen

Depression Mut Brüggen

Depression Chance Kaldenkirchen

Depression Seelenanker Viersen

Meditationsgruppe

Depression Seelentröster Nettetal

Depression Wunderbar Nettetal

Depression Viersen

Selbsthilfegruppe Angst-Panik-Depression Brüggen II

Selbsthilfegruppe „Solidarität“

Selbsthilfegruppe für Borderliner in Viersen

-recovry

Selbsthilfegruppe Zuversicht

SHG Angst - Panik - Depressionen Willich II

SHG Depression Kempen

SHG Depression-Angst-Panik Kolping-Süchteln

Nachsorgegruppe Klinik Angst Panik Depressionen

Phönix

Gruppen Suchterkrankungen

"der erste Schritt" - Anlaufstelle bei Alkoholproblemen/Medikamentenmißbrauch Eß-u. Spielsucht/ legalen u. illegalen Drogen

Abstinenz e.V. SHG für Suchtkranke und Angehörige

Anonyme Alkoholiker AA Viersen/Süchteln

Anonyme Alkoholiker AA Willich

Anonyme Alkoholiker AA Nettetal

Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Jugendlicher im Kreis Viersen e.V.

Kreuzbund e.V. für Suchtkranke und deren Angehörige Gruppe Niederkrüchten

Gruppe EXIT

Kreuzbund e.V. für Suchtkranke und deren Angehörige Gruppe Willich

SHG der Suchtkrankenhilfsgemeinschaft für den Kreis Viersen e.V. Gruppe Nettetal

SHG der Suchtkrankenhilfsgemeinschaft für den Kreis Viersen e.V. Gruppe Viersen

Suchtselbsthilfe „Freiheit“ -der Weg

Zwanglos

Anhang II

Themenliste 2025– Übersicht der 2025 begleiteten Themen der Selbsthilfe über die BIS

Alkoholabhängigkeit	Gehörlos	Schlaganfall/Sprachverlust
Alleinerziehend	Herzerkrankung	Schmerz
ADHS (Hyperaktivität)	Hirnschädigungen	
Adipositas	Hochbegabte	
Aplastische Anämie	Hochsensible	Schwerhörigkeit
Alzheimer – Angehörige	Hospiz	Singles
Antikoagulantien	Integration	Sucht
Anorexie	Krebs	Tinnitus/Ohrgeräusche
Angst	Kinderverschickung	
Asperger-Syndrom	Künstlicher Darmausgang	Trauer
	Lungenemphysem	Übergewicht
Augenerkrankungen	Lymphangiom	Verlassene Eltern
	Lipödem	Zwänge
Autismus	Meditation	Zöliakie
Bechterew Morbus	Medikamentenabhängigkeit	
Blasenerkrankung		
Blind/Sehbehindert	Mobbing	
Bulimie	Multiple Sklerose	
	Nahrungsmittelallergie	
Colitis ulcerosa	Osteoporose	
Crohn Morbus		
Corona/Long-Covid	Osler Morbus	
Demenz	Panikattacken	
Depression	Parkinson	
Diabetes	Pflege	
Drogenabhängig- keit (Eltern)	Pflegeeltern	
	Polio	
Epilepsie	PNH	
Essstörungen		
Fybiomyalgie	Prostataerkrankungen	
	psychische Erkrankungen	
Geistige Behinderung	Rheuma	
	Schlafapnoe	

Anhang III



Ausschnitte ...



einige Presseartikel mit der BIS e.V. aus 2025

Kein Jammern, sondern tägliches Leben

Thema Selbsthilfe im LVR-Bildungszentrum

Informativ, emotional, eindringlich – so erlebten die angehenden Pflegefachfrauen und -männer des LVR-Bildungszentrums für Gesundheit & Pflege Viersen und Mönchengladbach jetzt den Besuch zum Thema Selbsthilfe.

Ralf Kurzweg ist Leiter der Kontaktstelle von BIS. Die Abkürzung steht für „Beratung – Information – Selbsthilfe“. Hierbei handelt es sich um ein Beratungs- und Unterstützungsangebot im Kreis Viersen. „Wir vermitteln Selbsthilfegruppen, unterstützen bei deren Gründung, begleiten, beraten und koordinieren“, erklärt Kurzweg den Auszubildenden des Kurses F2023. Schon im Vorfeld hatten sie sich gemeinsam mit Lehrer Sebastian Bonczyk auf das Thema vorbereitet und einen umfangreichen Fragenkatalog erarbeitet. Schulleiterin Beate Niehaus freut sich über das Projekt: „Ziel ist es, dass unsere zukünftigen Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner das Thema Selbsthilfe multiplizieren, also in ihrem Umgang mit den Patientinnen und Patienten direkt mitdenken.“ Selbsthilfe sei ein immens wichtiger Baustein im Genesungsprozess, vor allem auch bei psychischen Erkrankungen.

Eindringlich berichtete Claudia Müller bei dem Termin im Bildungszentrum nicht nur von ihrer Arbeit als Leiterin einer Selbsthilfegruppe für Abhängigkeitserkrankungen, sondern auch von ihrer eigenen Geschichte. Seit fast zehn Jahren ist sie trockene Alkoholikerin und weiß nicht nur deswegen eine Menge über dieses Krankheitsbild. Allerdings sei sie aber noch lange keine Lehrerin oder Dozentin. „Ich bin ein Mitglied der Gruppe wie alle anderen auch – nicht besser oder schlechter“, erklärt sie. Auch für sie selbst sei der Austausch immens wichtig. Claudia Müller stellt klar: „Das Bild von Jamergruppen stimmt nicht. Wir reden über das tägliche Leben.“

Für den Kurs F2023 ergab sich durch den Besuch ein guter Einblick in das Thema Selbsthilfe und die besondere Effizienz von Gruppen. „Der Bedarf ist enorm und wachsend“, sagt Ralf Kurzweg und fügt hinzu: „Im Kreis Viersen gibt es derzeit rund 100 Selbsthilfegruppen zu unterschiedlichen Themen.“

Für das Bildungszentrum soll der Besuch keine einmalige Geschichte bleiben. „Wer weiß, wie Selbsthilfe funktioniert, kann sie in der Praxis gezielt und wirksam einbinden – das ist echtes Rüstzeug für die Arbeit mit Menschen“, stellt Beate Niehaus klar. Auch sie zeigte sich beeindruckt von dem informativen, emotionalen und eindringlichen Unterrichtsbesuch.



BIS-Kontaktstellenleiter Ralf Kurzweg (v.l.) und Claudia Müller, Leiterin einer Selbsthilfegruppe zum Thema Abhängigkeitserkrankungen, waren jetzt zu Besuch im LVR-Bildungszentrum und wurden von Schulleiterin Beate Niehaus und Lehrer Sebastian Bonczyk empfangen.

Foto: Copyright: LVR-Klinik Viersen



Nettetal

LOBBERICH KALDENKIRCHEN BREYELL HINSBECK LEUTH SCHAAG

S

Trotz Erkrankung nach vorne schauen

Nina Erbrath bietet seit über einem Jahr eine Selbsthilfegruppe für Long-Covid-Patienten im BIS in Brüggan an. Die 25-Jährige aus Lobberich ist selber erkrankt und sitzt seither im Rollstuhl.

VON BIANCA TREFFER

LOBBERICH/BRÜGGAN Dass ihr Leben einmal eine solche Wende nehmen würde, das hätte sich Nina Erbrath 2019 nicht vorstellen können. Die Lobbericherin besuchte zu diesem Zeitpunkt die Stufe zwölf der Gesamtschule Nettetal und war sportlich unterwegs. Beispielsweise beim Klettern, Karate und Tauchen. Das Abitur stand auf der Planungsliste und auch der Traumberuf Orthopädietechnikerin war anvisiert.

Doch dann kam alles anders. 2019, als Mitschüler von einer Klassenfahrt in Ischgl zurückkamen, machte eine Erkältungswelle in Form von Corona die Runde an der Schule. Auch Nina Erbrath erkrankte es. „Es war eine sehr starke Erkältung, von der ich mich irgendwie gar nicht richtig erholt habe. Ich war schlapp, hatte Gliederschmerzen und um meine Konzentration war es schlecht bestellt“, beschreibt die 25-Jährige die damalige Situation.

Sie verpasste so viele Klausuren aufgrund ihrer Krankheit, dass eine Rückstellung in die Stufe elf erfolgte. Die nächste Erkältung kam und es entstanden erneut über 250 entschuldigte Fehlstunden. Es gab den Rat zu pausieren, um die Gesundheit in Ruhe aufzubauen. „Als wir dabei nach einer digitalen Beschulung fragten, bekamen wir als Antwort von der Schulleitung zu hören, dass nur körperliche Präsenz benotbar wäre“, erinnert sich ihre Mutter, Susanne Erbrath. Das war genau drei Tage vor dem Lockdown.

„Man hatte irgendwie kein Ziel mehr“, beschreibt Nina Erbrath die damalige Situation. Die Familie entschied sich für einen Schulwechsel an eine Privatschule. Dort machte Nina Erbrath 2021 ihr Abitur. Die



Susanne Erbrath (l.) und ihre Töchter Lea (2. v. l.) und Pia (r.) kümmern sich mit um Nina.

FOTO: BIANCA TREFFER

Lobbericherin, inzwischen gegen Corona geimpft, erkrankte 2022 erneut an Corona. Diesmal gab es einen völligen Crash. „Ich habe 15 Stunden geschlafen und war trotzdem nicht fit. 100 Meter gehen haben mich fertig gemacht. Keiner wusste, was los war“, berichtet Nina Erbrath.

Die Diagnose Long Covid wurde in den Raum geworfen. Eine Reha stand 2023 an, die die Diagnose Long Covid und ME/CFS bestätigte. Doch statt Besserung trat nach der Reha eine weitere Verschlechterung ein, die die junge Frau ein knappes Jahr später in den Rollstuhl brachte. „Es ging ein Kampf mit der Krankenkasse in Bezug auf Hilfsmittel, darunter auch der Rollstuhl, los. Im Standard-Rollstuhlmodell hatte sich

Nina wund gesessen. Wir mussten das Badezimmer barrierefrei umbauen und brauchten einen Treppenlift“, sagt Susanne Erbrath.

Was sich als Riesenglück für ihre jüngste Tochter entpuppte, ist die Tatsache, dass die Erbraths in einem 300 Quadratmeter großen Mehrgenerationenhaus wohnen, wo Ninas Schwestern Pia und Lea sowie ihr älterer Bruder Ben alle zusammen mit den Eltern leben und bei ihrer Pflege miteinspringen. Nina Erbrath hat Pflegestufe vier und viele weitere Probleme wie vielschichtige Allergien, die auf einmal aufgetreten sind. Dazu kommt, dass sie kein Temperatur- und Schmerzempfinden mehr hat.

Doch von all dem lässt sich die 25-Jährige nicht unterkriegen. Sie

hat ihre Lebenslust auf der ganzen Linie behalten und geht nach vorne, anstatt zu resignieren. Ihr Lebensmotto: „Das Leben ist schön, von einfach war nie die Rede“. Nina Erbrath und ihre Familie machen sich auf Landesebene für Betroffene Long Covid Patienten stark und tragen die Problematik nach außen.

Zudem hat die Lobbericherin, die an einer der seltenen Folgen erkrankt ist, eine Selbsthilfegruppe ins Leben gerufen. Jeden dritten Montag im Monat trifft man sich um 17.30 Uhr im BIS, Klosterstraße 5 in Brüggan. „Angehörige sind natürlich auch eingeladen. Für viele Erkrankte ist es gar nicht möglich aufgrund ihrer Problematiken alleine anzureisen“, weiß Nina Erbrath aus Erfahrung. Zumal sie selber auch die

Hilfe ihrer Familie braucht, wenn es nach Brüggan gehen soll.

Wie wichtig den Betroffenen und ihren Angehörigen der Austausch ist, erlebt Nina Erbrath immer wieder. „Oftmals wird man mit seinen Erkrankungen in die Psycho-Ecke gestellt und nicht ernst genommen. Dazu kommt, einen Termin in Long Covid Ambulanzen zu bekommen ist derzeit mit einer Wartezeit von sechs Monaten verbunden. So ist es in unserer Gruppe auch ein großes Thema, einen richtigen Arzt zu finden“, sagt Nina Erbrath.

Ein jeder, egal wie stark oder weniger stark er von einer Long Covid beziehungsweise ME/CFS betroffen ist, kann zu den Treffen kommen. Eine kurze Anmeldung über das BIS, Telefon 02163 5622, ist gewünscht.

- RP 07.11.2025 -

Selbsthilfegruppe bringt Mut und Hoffnung

Am 30. Oktober startet im BIS in Brüggen eine neue Selbsthilfegruppe. Nicole Simons und Steffi Weiland gehen das Thema Krebs an. Angesprochen sind Betroffene und auch ihre Angehörigen.

VON BIANCA TREFFER

BRÜGGEN Die Diagnose kam für Nicole Simons aus heiterem Himmel. „Eigentlich wollte ich nur kurz eine Freundin, die Arzthelferin bei einem Frauenarzt ist, besuchen. Ich stand an der Anmeldung und bemerkte, dass mir die Brust wehtun würde. Das hörte der Arzt, der gerade vorbeiging. Er bat mich kurzgeschlossen ins Behandlungszimmer und startete eine Untersuchung. Am nächsten Tag war ich schon im Krankenhaus, und die Diagnose Brustkrebs stand definitiv fest“, erinnert sich Simons.

Dieser Moment liegt nunmehr zehn Jahre zurück und mit ihm die Behandlung der Erkrankung mittels Chemotherapie, Reha, unendlich vielen Momenten des Hoffens und des Bangens als auch Belastungen innerhalb der Familie, die mit der Diagnose und dem weiteren Weg einhergingen. Auch Freundschaften veränderten sich, weil Freunde mit der Erkrankung nicht umgehen konnten. „Einige zogen sich zurück, andere verfielen in eine Art Helfersyndrom“, erzählt die 46-jährige Mönchengladbacherin.

Bei der Gruppentherapie in der Reha wurde sie von anderen betroffenen Frauen gefragt, ob sie



Nicole Simons (l.) und Steffi Weiland wollen im BIS in Brüggen eine Selbsthilfegruppe für krebserkrankte Menschen und deren Angehörige ins Leben rufen. FOTO: BIANCA TREFFER

ein Motivationscoach wäre, weil sie die eigene Krankheit als eine Art Chance für Veränderung ansah und dies auch zum Ausdruck brachte. „Mir war und ist es wichtig, Lebensqualität zu schaffen und aus der Zeit, die mir bleibt, eine schöne Zeit zu machen“, sagt Simons. Ein Coach war sie seinerzeit nicht.

Diese Annahme ließ in Simons die Idee entstehen, eine Selbst-

hilfegruppe ins Leben zu rufen. Sie startete eine solche an dem Gladbacher Krankenhaus, wo sie behandelt wurde. Dann kam allerdings Corona, und alles verlief im Sande. Simons selber machte die Ausbildung zum Coach und gründete vor zwei Jahren das Coaching Zentrum „Feelmons“ an ihrem Heimatort. Die Idee einer Selbsthilfegruppe, um anderen Menschen eine Anlaufstelle zu geben und

Mut zu machen, schwirrte aber weiterhin in ihrem Kopf. „Durch einen Zufall lernte ich Ralf Kurzweg, den Leiter vom BIS in Brüggen kennen“, sagt Simons. Und damit wurde die Idee einer Selbsthilfegruppe Realität. Zumal auch ihre Freundin und Mitarbeiterin bei „Feelmons“, Steffi Weiland, mit ins Boot stieg. Gemeinsam wollen die beiden Mönchengladbacher Frauen jetzt eine Selbsthilfegruppe

Anzeige
Heute mit Prospekten von:
maxen
Die Prospekte finden Sie auch online unter weekli.de

für krebserkrankte Menschen und deren Angehörigen in Brüggen an den Start bringen.

„Oftmals fallen die Angehörigen, insbesondere Kinder, hintenüber. Daher ist es uns wichtig, auch für Angehörige da zu sein“, betont Weiland. Sie möchten mit der Selbsthilfegruppe einen Ort schaffen, an dem für alles, was sonst keinen Raum finden würde, Platz geschaffen werden wird. Ganz wichtig ist ihnen: Es soll nicht nur gejamert werden. „Wir möchten die Spirale nicht abwärts, sondern aufwärts führen. Wir wollen die Krankheit nicht schön reden, aber wir wollen mit Mut nach vorne schauen. Das ist auch für eine mentale Heilung sehr wichtig, dass man positiv denkt“, weiß Simons aus eigener Erfahrung. Sie wünscht sich, dass jeder Teilnehmer an der Gruppe nach einem Treffen mit einem besseren Gefühl nach Hause geht, als mit dem er hereingekommen ist.

Das erste Treffen soll am Donnerstag, 30. Oktober, 17 bis 18.30 Uhr, im BIS, Klosterstraße 5 in Brüggen stattfinden. Zwecks Planung wird um eine kurze Anmeldung per Mail info@bis-brueggende.de oder Telefon 02163/5322 gebeten. Das Angebot ist kostenfrei. Vorgesehen sind weitere Gruppentreffen am jeweils letzten Donnerstag im Monat im BIS.

Experten-Vortrag: Künstliches Hüftgelenk

KREIS VIERSEN/NETTETAL (oli) Die Implantation künstlicher Hüftgelenke erfolgt heutzutage fast ausschließlich minimalinvasiv. Im Endoprothetik-Zentrum des Nettetaler Krankenhauses kommen dabei sogenannte portalassierte Verfahren zum Einsatz. Diese besonders muskelschonenden Operationstechniken werden deutschlandweit in nur wenigen speziell geschulten Zentren angeboten. Um den Patienten eine zügige Rückkehr zu ihrer früheren Aktivität zu ermöglichen, setzt das Team von Chefarzt Marcel Haversath zudem auf ein multiprofessionelles Therapie-Konzept, das sich „FastTrack“ nennt und die frühe Mobilisation zum Ziel hat. Oberarzt Cristian Cocis ist einer der Hauptoperateure des Endoprothetik-Zentrums und erläutert in einem Vortrag am Mittwoch, 8. Oktober, um 15 Uhr die speziellen OP-Verfahren und ihre Vorteile mit Blick auf eine schnelle Genesung. Im Anschluss des Vortrags steht Cocis den Besuchern für Fragen zur Verfügung. Der Vortrag findet in den Seminarräumen im Untergeschoss. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

IHR THEMA?

Darüber sollten wir mal berichten? Sagen Sie es uns!

versen@rheinische-post.de
02162 9343-20
RP Viersen
FAX 02162 9343-29

Zentralredaktion

Tel.: 0211 505-2880
E-Mail: redaktionssekretariat@rheinische-post.de

Leserservice

(Abonnement, Urfrags- und Zustellservice)
Tel.: 0211 505-1111
Online: www.rp-online.de/leserservice
E-Mail: leserservice@rheinische-post.de

KOLUMNE GESUNDHEIT!

- RP 07.10.2025 -

„Ich konnte nicht kontrolliert trinken“

Für den 84-jährigen Heinz ist der Donnerstag der wichtigste Tag in der Woche. Dann besucht der Lobbericher die Gruppe der Anonymen Alkoholiker in Süchteln. Seit 45 Jahren ist er trocken.

VON BIANCA TREFFER

SÜCHTELN/LOBBERICH Wenn Heinz an eine Zeit vor über 45 Jahren zurückdenkt, dann sieht er sein eigenes Lebensende vor sich. Wenn andere Menschen zwei oder drei Bier trinken und danach aufhören, klappte das bei ihm nicht. Er habe eine Null dahinter machen können, erinnert sich der 84-jährige. Aus zwei Bier wurden so 20. „Ich habe nicht aufhören können zu trinken. Ich konnte nicht kontrolliert trinken. Eine Erkrankung, die ich später für mich angenommen habe. Das war wie eine Erlösung für mich, zu wissen: Man ist krank und kann nichts dafür“, sagt er. Heinz war ein sogenannter Spiegel-Trinker. „Das heißt, ich brauchte ein gewisses Pensum an Alkohol, um überhaupt etwas machen zu können. Ein Zustand, bei dem ich rund um die Uhr trinken

musste“, sagt Heinz.

Er kann sich noch gut an Morgen- und abendliche Zittern, an denen seine Hände so zitterten, dass er die Kaffeetasse nicht halten, geschweige denn seine Arbeit als selbstständiger Handwerksmeister ausüben konnte. Wenn er den Alkoholspiegel nicht hatte, ging nichts. Er sei dabei gewesen, seine gesamte Existenz, seine Familie, sein Leben zu Grunde zu richten, erinnert sich der heute 84-jährige. Dabei habe es eine panische Angst vor dem nächsten Tag gegeben. Mit 39 Jahren stand der Lobbericher am Ende seines Lebens. Das war der Moment, wo er mit vielen Promille im Blut ins Lobbericher Krankenhaus fuhr. Die behandelnde Ärztin erkannte sofort, dass sie einen Alkoholiker vor sich hatte.

Im Krankenhaus wurde ein kalter Entzug gestartet. Heinz erinnert sich einen Tag, an dem er gelb wie eine Zitrone war, weil seine Leber verkrüppelt spielte. Der Körper bekam nicht mehr den Stoff, von dem er gelernt hatte, dass er ihn so dringend bräuhete. „Einen kalten Entzug übersteht man nicht daheim. Da stirbt man. Das geht nur im Krankenhaus“, sagt Heinz.

Drei Wochen lag er im Krankenhaus. Die Ärztin empfahl einen längeren Aufenthalt in einer Suchtklinik



Heinz erhielt für 40 Jahre Trockenheit eine Medaille von den anonymen Alkoholikern, auf die er stolz ist. Mittlerweile sind es 45 Jahre Trockenheit geworden.

in der Eifel. Sie sprach davon, dass sie Heinz ansonsten in spätestens drei Monaten wiedersehen würde. Ein Satz, der in dem Alkoholiker etwas auslöste. „Diese Genugtuung, mich wiederzusehen, wollte ich ihr nicht geben. Ich musste aber wieder arbeiten, um meine Familie zu ernähren. Ein Aufenthalt in einer Suchtklinik war zeitlich gesehen unmöglich“, sagt Heinz.

Zu dem Zeitpunkt brachte seine

Frau, die die Selbsthilfegemeinschaft für Angehörige von Alkoholikern, Al-Anon, besuchte, ihrem Mann eine Telefonnummer einer Gruppe der Anonymen Alkoholiker in Süchteln mit. Heinz weiß noch genau, dass es ein Donnerstagnachmittag war, als er diese Nummer wählte und ein Peter aus Willich ihm mitteilte, dass er am Abend einfach nach Süchteln kommen und eine Tasse Kaffee mittrinken solle. „Ich

habe nur gedacht, was ist das denn. Dann habe ich all meinen Mut zusammengefasst und bin am Abend nach Süchteln gefahren“, sagt Heinz. Eine Entscheidung, die sein Leben veränderte.

An jenem Abend traf er auf eine Gruppe von zwölf Menschen, die ihn einladen, sich einfach dazu zu setzen und zuzuhören. Er fand sich in der Gruppe wieder. „Es gibt kein Muss, alles ist freiwillig. Man erhält Empfehlungen, die man für sich umsetzen kann, aber nicht muss“, erzählt der Lobbericher. Seine erste Empfehlung war es, einmal eine Inventur seines Lebens zu ziehen. Er stellte dabei fest, dass Alkohol immer an erster Stelle in seinem Leben gestanden hatte.

Seit 45 Jahren ist der Lobbericher nun trocken. Für Heinz ist ganz klar, dass er seine Erkrankung, den Alkoholismus, nicht geheilt, sondern lediglich zum Stillstand gebracht hat. „Alkoholismus kann man nicht heilen. Man bleibt sein Leben lang ein Alkoholiker. Aber man kann ein trockener Alkoholiker sein. Es gibt immer wieder Situationen im Leben, wo sich die Sucht meldet. Ich weiß aber, wie ich mit dieser Krankheit umzugehen habe“, sagt der Senior. Es gibt Träume vom Bier zappingen, die ihn mitten in der Nacht wecken. Er wisse nicht, wie oft er sei-

INFO

Anonyme Alkoholiker in Süchteln

Anonyme Alkoholiker Die Gruppe der Anonymen Alkoholiker in Süchteln trifft sich jeden Donnerstag von 19.30 bis 21 Uhr in den Räumen am Ostring 22 in Süchteln.

Ohne Voranmeldung Menschen, die ein Alkoholproblem haben, können jederzeit vorbeikommen. Eine Voranmeldung ist nicht nötig.

nen Küchenvitrinenschrank nachts schon ausgeräumt, die Sachen in die Spülmaschine gepackt und wieder eingeräumt habe, erzählt Heinz. Ein Tun, das genauso ablenkt wie der Griff zum Fahrrad, um eine Radtour zu starten, wenn der Wunsch nach einem Bier auftaucht.

„Der Donnerstag ist der wichtigste Tag der Woche für mich. Die Gruppe gibt mir seit 45 Jahren Halt. Und wenn es einmal einen nicht so guten Tag gibt, dann kontaktiert man per WhatsApp die Gruppe. Einer ist dann immer für einen da“, sagt Heinz. Er sei mit dem Schritt in die Gruppe ein anderer Mensch geworden und habe ein anderes Leben angefangen. Ein Leben ohne Alkohol.

- RP 31.03.2025 -

Tag der Trauer in Viersen



Mit dabei die BIS und Frau Birgit Reimsbach von der Trauerselbsthilfegruppe Brüggen!

Unsichtbares Handicap sichtbar machen

VIERSEN (MBK) Menschen ab 18 Jahren sowie Eltern von betroffenen Kindern, die sich aktiv für mehr Sichtbarkeit und Unterstützung bei unsichtbaren Behinderungen einsetzen möchten, sind eingeladen, Teil des Sunflower-Projekts zu werden. Im Fokus des Projektes stehen Menschen mit Autismus, ADHS, Angststörungen, PTBS oder anderen psychischen Herausforderungen, die für Außenstehende auf den ersten Blick nicht erkennbar sind. Es soll eine Selbstvertretungsgruppe entstehen, die dabei hilft, das Thema mehr in die Öffentlichkeit zu tragen. Ein erstes Treffen ist für die erste Dezemberwoche geplant. Wer Interesse hat, mitzuwirken, soll sich telefonisch bei Julia Maciejewski unter der Mobilnummer 0176 8437 6273 oder per E-Mail an sunflower@antrags-und-formularhilfe.de melden. Die genauen Informationen zum ersten Treffen werden persönlich mit den Interessierten abgestimmt.

Extra Tipp 19.10.2025 –
BIS unterstützt das Projekt,
Teilnehmer*innen aus Selbsthilfegruppen