

Sie können frühere Ausgaben unseres Rundbriefs „einBlick“ von der Website des Selbsthilfzentrums [www.shz-muenchen.de](http://www.shz-muenchen.de) auf Ihren PC downloaden; oder – falls Sie keinen eigenen PC haben – den „Rundbrief für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement“ im SHZ ausdrucken (wenn möglich und benötigt: auch mit tatkräftiger Unterstützung der SHZ-MitarbeiterInnen). Das gilt natürlich auch für die aktuelle Ausgabe!

**Thema**

Service

FoeBE-News

Aus dem SHZ

Kurz & Aktuell

**Selbsthilfeorganisationen von MigrantInnen im Gesundheitsbereich - einige Aspekte zu dem schwierigen Verhältnis**

von Elisabeth Wesselman

Ich arbeite seit 12 Jahren im Psychologischen Dienst des Schwabinger Krankenhauses und beschäftige mich fast genauso lange mit Fragen des Bereiches Migration und Gesundheit. Trotzdem ist das Thema mehr als schwierig:

- Migrantinnen und Migranten sind eine äußerst heterogene Gruppe mit sehr unterschiedlichen Lebensbedingungen, bedingt durch Staatsangehörigkeit, Einreisealter, Lebensalter, Aufenthaltsdauer, Bildung, Familienstand, Rechtsstatus, Schichtzugehörigkeit und Geschlecht (Bericht 2001 der Beauftragten der Bundesregierung für Ausländerfragen in der BRD);
- Mangel an sprachlicher und kultureller Verständigung führt zu Informationsdefiziten bei Vorsorge, Erkennen von Krankheiten, Diagnostik, Therapie, Pflege, Rehabilitation (Bericht 2001, s.o.)
- Es gibt zahlreiche Hinweise von Über-, Unter- und Fehlversorgung.
- Kulturbedingte Unterschiede im Verständnis von Gesundheit und Krankheit und dem daraus resultierenden Verhalten erschweren Migrantinnen und Migranten den Zugang zu dem naturwissenschaftlichen Denken moderner Medizin.
- Kenntnisse über Anatomie, Physiologie sind bei älteren Arbeitsmigranten, die oft aus ländlichen Gebieten kommen, selten vorhanden.
- Viele Kulturen kennen keine Unterscheidung von körperlichen und psychischen Erkrankungen.
- Die für zahlreiche Kulturen wichtige und geforderte Geschlechtertrennung bereitet gerade im Gesundheitsbereich immer wieder Probleme.

Dies sind nur einige Aspekte, sie könnten problemlos erweitert werden. Sie zeigen v.a., dass die Bundesrepublik wie auch die Migrantinnen und Migranten auf die Bewältigung von Alter, Krankheit und Tod immer noch schlecht vorbereitet sind.

*Fortsetzung auf Seite 3*

**In dieser Ausgabe:**

(Übrigens: Ein Klick auf den Titel bringt Sie zum Artikel.)

Selbsthilfeorganisationen von MigrantInnen	S. 1
Selbsthilfe aus der MigrantIn-Perspektive	S. 1
Je höher die Wahlbeteiligung, desto höher der Nutzen für die Gruppen	S. 2
Jahresrückblick 2005 auf die Aktivitäten des Selbsthilfebeirates	S. 4
Achtung Wiederholungsanträge! Fristende 1.März!	S. 4
FoeBE-News	S. 5
Münchner Ärzte und Selbsthilfegruppen	S. 7
Kongress „Selbsthilfe leben - Gesundheit stärken“	S. 7
Initiativenbörse/Gruppengründungen	S. 8
Seminare und Kurse im SHZ	S. 8
Impressum	S. 8

**Die Artikelserie „Selbsthilfe und Migration“**

*Weshalb tun sich Migrantenselbstorganisationen und die deutsche Selbsthilfe so schwer, zueinander zu finden, wenn doch sowohl der ernsthafte Wunsch von beiden Seiten deutlich geäußert wird, und gleichzeitig viel dafür spricht, dass auch der entsprechende Bedarf vorhanden ist.*

*Die Artikelserie „Selbsthilfe und Migration“ versucht, mit Unterstützung namhafter AutorInnen, Antworten auf diese Frage zu finden.*

*Die Artikel dieser Ausgabe verfassten Elisabeth Wesselman, Fachreferentin Interkulturelle Versorgung Städtisches Klinikum München GmbH und*

*Dr. Maria Gavranidou, Diplom-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin.*

*Sie arbeitet im Referat für Gesundheit und Umwelt in der Fachstelle Migration und Gesundheit.*

**Selbsthilfe aus der Migrantin-Perspektive**

von Dr. Maria Gavranidou

Das Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München hat 2001 die Fachstelle Migration und Gesundheit eingerichtet. München war damit nach Frankfurt die zweite Stadt in der BRD, die den Bereich Migration und Gesundheit in den Aufgabenbereich des Öffentlichen Gesundheitswesens implementiert hat. Die Fachstelle ist seit Oktober 2001 durch mich als Fachfrau mit Migrationshintergrund besetzt worden. Ziele und Aufgaben der Fachstelle sind:

- Gesundheitsschutz für Migrantinnen und Migranten: Migrations-spezifische gesundheitsgefährdende Bedingungen erkennen, verändern, verhindern.
- Gesundheitsförderung für Migrantinnen und Migranten: Migrations-spezifische Förderungsprogramme entwickeln, Förderungsprogramme des Referats für Gesundheit und Umwelt für Migranten und Migrantinnen öffnen.
- Gesundheitswiederherstellung für Migrantinnen und Migranten: Gesundheitsversorgung garantieren durch gleichberechtigten Zugang zum deutschen Gesundheitssystem.

Als ich vor einem Jahr gebeten worden bin für einBlick, den Münchner Rundbrief für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement einen Beitrag zu schreiben, sollte ich dies tun als Fachfrau der Münchner Stadtverwaltung, die mit der Einrichtung einer solchen Stelle einen wesentlichen Schritt zur Interkulturellen Öffnung leistet.

Heute, nachdem ich die Diskussion in der Reihe Selbsthilfe und Migration im einBlick verfolgt und gründlich gelesen habe, habe ich mich entschlossen als Fachfrau und Migrantin zu schreiben. Denn bisher kam in der Reihe keine Migrantin und kein Migrant zu Wort. Als fachkundige und im ÖGD tätige Migrantin zu schreiben erlaubt mir zweitens aus beiden Perspektiven (Fachfrau und Migrantin) die Beziehung Migration und Selbsthilfe zu betrachten und hieraus Handlungsanregungen zu generieren.

*Fortsetzung auf Seite 6*

## Thema

## Service

## FoeBE-News

## Aus dem SHZ

## Kurz &amp; Aktuell

## Zur Wahl des Selbsthilfebeirates 2006

## Je höher die Wahlbeteiligung, desto höher der Nutzen für die Gruppen!

Am 09.03.2006 findet die Selbsthilfebeiratswahl statt und wir – der noch amtierende Selbsthilfebeirat – möchten alle Initiativen aufrufen, sich an dieser Wahl zu beteiligen. Vermutlich fragen Sie sich, warum es den Selbsthilfebeirat gibt, was seine Funktionen sind und wozu eine hohe Wahlbeteiligung der Initiativen wichtig sei bzw. warum es sich für Gruppenmitglieder lohnen soll, sich zur Wahl aufstellen zu lassen. Auch wir stellten uns diese Fragen vor der Wahl 2004 und haben heute, nach fast zwei Jahren Arbeit im Selbsthilfebeirat, klarere Antworten gefunden, die in den folgenden Abschnitten Eingang finden.

Mitte der 80er Jahre erkannte die Landeshauptstadt München, dass Selbsthilfeinitiativen soziale Potentiale darstellen, die es zu stärken und zu unterstützen gilt. Es wurde ein Programm zur Selbsthilfeförderung angestoßen, aus dem heraus unter anderem das Selbsthilfezentrum (SHZ) als Kontakt-, Informations-, Beratungsstelle entstand und der Selbsthilfebeirat (SHB) zur Beratung des Münchner Stadtrates ins Leben gerufen wurde. Bis heute ist der Selbsthilfebeirat an der Schnittstelle zwischen Selbsthilfe, Professionellen und Verwaltung zu verorten. Er besteht aus neun ehrenamtlichen Mitgliedern, die alle zwei Jahre gewählt bzw. bestimmt werden. Die Initiativen wählen aus ihren Gruppen vier Vertreter/innen, der Stadtrat bestellt vier Vertreter/innen mit unterschiedlichen Fachbezügen (Umwelt, Migration, Frauen, Gesundheit) und gemeinsam wird ein/e neutrale/r Experten/in benannt. An den einmal pro Monat stattfindenden Sitzungen im SHZ nehmen Vertreter/innen des Sozialreferates, des Referates für Gesundheit und Umwelt sowie des SHZ beratend teil.

Der Selbsthilfebeirat versteht sich als ein unabhängiges Gremium, das den Selbsthilfedanken in der Stadt München vertritt und das sich für die Stärkung der politischen und gesellschaftlichen Akzeptanz der Selbsthilfe einsetzt. Gemeinsam mit dem SHZ versucht er, eine größere Lobby für die Initiativen zu gewinnen und sich für deren Belange einzusetzen. Zentrale Aufgabenbereiche des Selbsthilfebeirates sind u.a. der kontinuierliche Austausch mit den Gruppen; die Begutachtung der Förderanträge der Gruppen sowie die Beschlussfassung über eine Empfehlung zur Förderung von Gruppen an die Verwaltung; die Auseinandersetzung mit Grundsatzfragen (wie Förderrichtlinien, Rahmenbedingungen für Gruppen usw.) und aktuellen Themen im Bereich Gesundheit, Migration, Umwelt und Soziales. Demzufolge können in den Sitzungen neben der Beschlussfassung die unterschiedlichen Perspektiven, Belange und Probleme unmittelbar diskutiert und Empfehlungen gegeben werden.

### An der Nahtstelle von Selbsthilfe, Professionellen und Verwaltung

Der Selbsthilfebeirat stellt somit einen kontinuierlichen Austausch zwischen Verwaltung, Experten/innen und Selbsthilfeinitiativen sicher. Er ist ein Medium für eine konzentrierte und gezielte Lobbyarbeit für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement. Durch seine Beiträge und Empfehlungen kann er bei Politik und Verwaltung Entscheidungen beeinflussen und Weichenstellungen im Sinne der Selbsthilfe unterstützen. Um jedoch die Entwicklungen, Probleme, Bedürfnisse, Ideen usw. der vielen Initiativen kennen und einbringen zu können, braucht es über die Wahl von Vertreter/innen hinaus den unmittelbaren Kontakt der Beiratsmitglieder zu den Gruppen. Dies ist natürlich nur möglich, wenn die Initiativen über solch eine Plattform informiert und die

Zugangsschwellen gering sind. Im unmittelbaren Austausch mit Gruppen zu stehen, sich über ihre Belange zu informieren und sich dafür einzusetzen, darin liegt eine Herausforderung auch für den neuen Selbsthilfebeirat.

Aus der Verortung und den Funktionen des Selbsthilfebeirates wird sein großes politisches Potenzial deutlich. Damit dieses unabhängige Gremium als Interessenvertretung der Selbsthilfe überhaupt eine Legitimation gegenüber Politik, Verwaltung und Institutionen hat, bedarf es einerseits einer stärkeren Verbindung zur Selbsthilfebasis, andererseits einer großen Wahlbeteiligung. Beteiligen sich viele Initiativen an der Wahl, so geben sie dem Wort des Selbsthilfebeirates mehr Gewicht. Zugleich wählen sie aus ihren Reihen Personen, die für sie Ansprechpartner/innen für ihre Belange sind. Eine hohe Wahlbeteiligung dokumentiert nach außen, dass sich die einzelnen Initiativen gemeinsam für ihre Interessen und Ziele engagieren, dass Selbsthilfe gehört und in politischen Diskussionen einbezogen werden möchte.

### Durch Erfahrungswissen „auf Augenhöhe“ verhandeln

Ein gewähltes Beiratsmitglied zu sein bedeutet, sich aktiv an der Gestaltung und Förderung der Selbsthilfe zu beteiligen, über den „eigenen“ Bereich (wie z.B. Gesundheit, Migration, Familie) hinaus. Aus der eigenen Zugehörigkeit zu einer Initiative resultiert ein Experten-/Expertinstatus gegenüber den Fachexperten/innen, Professionellen und Vertretern/innen aus Verwaltung und Politik, der durch gruppenspezifische Erfahrungen und Kompetenzen bzw. ein Selbsthilfe-Knowhow charakterisiert ist und der eine Beteiligung auf „gleicher Augenhöhe“ einfordert. In den monatlichen Treffen, aber auch bei öffentlichen Veranstaltungen, finden die gewählten Mitglieder des Selbsthilfebeirates Gehör und Akzeptanz, was bis heute nicht überall selbstverständlich ist. Die ehrenamtliche Arbeit im Selbsthilfebeirat kann aber auch als ein Lernfeld und eine Vernetzungsinstanz gesehen werden: als Mitglied erhält man Einblicke in die Vielfalt der Selbsthilfe und die Arbeit der Gruppen, kommt in Kontakt mit den Initiativen, lernt die Strukturen und Abläufe öffentlicher Institutionen kennen, qualifiziert sich für Gremienarbeit usw. Dass die Mitarbeit im Selbsthilfebeirat ehrenamtlich ist und dass die gewählten Mitglieder darüber hinaus auch weiterhin in ihren Initiativen aktiv sind, ist allen Beteiligten bewusst. Daher wird ein Engagement den individuellen Ressourcen entsprechend erwartet. Für die einmal im Monat stattfindenden Sitzungen werden die strukturellen Voraussetzungen wie Organisation eines Sitzungsraumes, Protokollführung und Versendung von Unterlagen usw. vom Selbsthilfezentrum übernommen, so dass sich die Beiratsmitglieder auf die inhaltliche Arbeit konzentrieren können.

Mit der Wahl zum Selbsthilfebeiratsmitglied sind Herausforderungen verbunden, die anzugehen es sich allerdings lohnt! Ihr Engagement über die einzelne Initiative hinaus ist auch heute dringend notwendig, um den Stellenwert und das Potenzial von Selbsthilfe und bürgerschaftlichem Engagement in der Öffentlichkeit aufzuzeigen und um an politischen Entwicklungen und Entscheidungen teilhaben zu können.

Eine hohe Wahlbeteiligung der Selbsthilfeinitiativen unterstreicht die Bedeutung und Legitimität des Selbsthilfebeirates und erhöht damit seinen Nutzen für die Gruppen!

*Stefanie Richter, Selbsthilfebeiratsmitglied*

## Selbsthilfeorganisationen von MigrantInnen im Gesundheitsbereich - einige Aspekte zu dem schwierigen Verhältnis

Fortsetzung von Seite 1

Für den Bereich der Selbsthilfe ist der Aspekt erschwerend, dass Bewältigungsstrategien von Krankheit bei vielen Migrantengruppen ausschließlich in den Bereich der Familie gehören und nie ein Gegenstand öffentlicher Erörterung sein können, wie das in Selbsthilfegruppen der Fall wäre.

### Unterschiede berücksichtigen

In diesem Zusammenhang möchte ich einen Experten, Dr. Ali Kemal Gün (Dipl. Psychologie, Rheinische Kliniken Köln), zitieren, der sich seit langem mit der kommunalen Gesundheitsversorgung für Migranten in Köln und somit auch mit Fragen der Selbsthilfe beschäftigt und selber über einen Migrationsintergrund verfügt. Er beantwortete mir meine Frage "Warum gibt es so wenig Selbsthilfegruppen für Migrantinnen und Migranten, bzw. warum finden sich so wenige Migranten in den bestehenden Gruppen?" folgendermaßen:

1. Die aus den klassischen Anwerbeländern stammenden Migranten verfügen oft über ein geringes Bildungsniveau und sind nur bedingt in der Lage zu verstehen, welchen Stellenwert die Selbsthilfegruppen in der Gesundheitsversorgung haben.
2. Die Selbsthilfegruppen sind in den Herkunftsländern der Migranten teilweise gänzlich unbekannt. Im klassischen Verständnis von Krankheit und Heilung gibt es keinen Platz für Selbsthilfe. Vereinfacht formuliert: Wenn man krank ist, geht man zum Arzt und nimmt die Medikamente.
3. Im Zuwanderungsland (Deutschland) sind die Selbsthilfegruppen in der Regel nach hiesigen Verhältnissen aufgebaut und berücksichtigen nicht die spezifischen Bedürfnisse, Lebens- und Denkweisen der Migranten. Die Selbsthilfe verfügt über kein Konzept, das auf spezifische Migrationsbedingungen zugeschnitten ist. Diese würde sehr viele Aspekte beinhalten müssen, die ein strukturelles Umdenken erfordert und stellt hohe Anforderungen – im Sinne der interkulturellen Kompetenz und interkulturellen Öffnung – an die Selbsthilfe. Dafür müsste man in der Lage sein, sich mit dem Thema offen und selbstkritisch auseinanderzusetzen. Dies setzt wiederum eine institutionelle Selbstreflexion voraus.
4. Es ist schwierig, die Migranten in die bestehenden Selbsthilfestrukturen zu integrieren, wenn diese selbst keine Integrationsbereitschaft zeigen.
5. Es bestehen sehr ernstzunehmende sprachliche, kulturelle, ethnische und religiöse Zugangsbarrieren, die es erschweren, die Migranten in den bestehenden Selbsthilfegruppen zu integrieren.
6. Es fehlen auf die Migranten – unter Berücksichtigung oben genannter Aspekte – zugeschnittene Angebote. Wo es kein entsprechendes Angebot gibt, gibt es anscheinend keinen Bedarf und keine Inanspruchnahme; schafft man aber ein auf die Bedürfnisse und spezifische Situation der Migranten zugeschnittenes Angebot, dann gibt es Bedarf und wird es auch in Anspruch genommen.

Wir haben es in Köln geschafft, dass fast innerhalb eines Jahres mehrere Selbsthilfegruppen für türkeistämmige Migranten aufgebaut werden konnten. Dafür haben wir aber jahrelange Vorarbeit leisten müssen, um zunächst das dafür nötige Problembewusstsein zu schaffen.

Es scheint also möglich zu sein. Das freut mich insbesondere deshalb, weil es m.E. wünschenswert wäre, dass Migranten selber ihre Gesundheitsversorgung und die Behebung bestehender Mängel hinsichtlich der

sie versorgenden Organisationen wie auch der eigenen Gesundheitserhaltung beginnen in die eigenen Hand zu nehmen.

### Brücken bauen

Der wichtigste Baustein dazu scheint mir die Sprache zu sein. Menschen, die weder ihre Krankheit noch die Therapie oder auch präventive Maßnahmen ausreichend sprachlich verstehen, werden immer in ihrer Minderheitsposition gegenüber der Mehrheitsgesellschaft passiv bleiben und keine Möglichkeit einer eigenen positiven und aktiven Beteiligung sehen. Auch kulturbedingte Differenzen und Sichtweisen können ohne Sprache nicht ausgeräumt bzw. konstruktiv gelöst werden. Mir fällt dazu ein türkisches Frauengesundheitsprojekt in Wien ein. Die Frauen trafen sich regelmäßig in einem städtischen Krankenhaus, das in ihrem Stadtteil gelegen war, weil „das ein für die Familienmitglieder akzeptierter Versammlungsort“ war, der keinen weiteren männlichen Schutz etc. erforderlich machte.

Dies wäre für mich eine Möglichkeit, Brücken zu bauen, die Migrantinnen und Migranten in die Lage versetzt, überhaupt erst zur Selbsthilfe zu gelangen: Von MigrantInnen geleitete Gruppen, geschlechterdifferenziert, sprachdefiniert, im Bereich gängiger Volkskrankheiten wie Erkrankungen im Bereich Herz/Kreislauf, Diabetes Mellitus, Rheuma. In diesen Gruppen könnten sich die Betroffenen ausführlich über ihr Krankheitsbild, die naturwissenschaftlichen Grundlagen, ein der Krankheit entsprechendes Verhalten und über präventive Maßnahmen informieren und in der Gruppe diskutieren, wie dies in die Alltagswelt der Migranten übertragen werden kann.

Damit wären folgende positiven Aspekte angegangen:

- Das eigene Wissen würde sich bei Migranten verbessern.
- Die Bedeutung von Prävention wäre für sie verständlicher.
- Die eigene Migrationserfahrung, der kulturelle Hintergrund, die Besonderheiten dieser Patientengruppe hätte genügend Beachtung und Raum.
- Die Grundlagen wären vorhanden, um in einem weiteren Schritt die Gruppen zu öffnen oder Teilnehmer in bestehende Gruppen zu integrieren.
- In den Migrantenfamilien wäre implementiert, dass es von Belang und effizient ist, sich auch um die Frage gesundheitlicher Versorgung zu organisieren.

Das Städtische Klinikum München GmbH wäre sicher bereit seinen Beitrag soweit möglich – z.B. die Überlassung von Versammlungsräumen – dazu zu leisten.

Es würde unsere Bemühungen unterstützen, Münchner Bürgern mit Migrationshintergrund auch bei sprach- und kulturbedingten Problemen eine gleich gute Versorgung wie den deutschen Patienten in allen städtischen Kliniken anzubieten.

Dazu haben wir in den städtischen Kliniken hausinterne Dolmetscherdienste aufgebaut und im Schwabinger Krankenhaus muslimische Gebetsräume errichtet. Die Geschäftsleistung hat ein Fachreferat für die interkulturelle Versorgung eingerichtet, um die kultursensible Versorgung von Migrantinnen und Migranten weiter auszubauen und die interkulturelle Öffnung voranzutreiben.

Diese Aufgabe konsequent umzusetzen könnte auch bedeuten die Nähe von Migranten-Selbsthilfegruppen zu suchen und diese bei ihrer Arbeit zu unterstützen.

## Thema

## Service

## FoeBE-News

## Aus dem SHZ

## Kurz &amp; Aktuell

## Zur Wahl des Selbsthilfebeirates 2006


**Jahresrückblick 2005 auf die Aktivitäten des Selbsthilfebeirates**

Die Selbsthilfegruppen und -initiativen sind in den vergangenen Jahren zu einer unverzichtbaren Säule der Teilhabe am gesellschaftlichem Leben und politischen Entscheidungen zwischen Verwaltung und Bürgerinteresse geworden. Die Basis hierfür liegt vor allem in der engagierten Arbeit der Gruppen und Initiativen.

Der Selbsthilfebeirat (SHB) der Landeshauptstadt München hat auch im Jahre 2005 versucht, hier einen Beitrag im Rahmen seiner Aufgaben und Möglichkeiten zu leisten.

In 2005 fanden, jeweils in den Räumen des Selbsthilfezentrums, 10 Sitzungen und im November eine ganztägige Klausurtagung statt. An den Sitzungen nahmen, außer den Mitgliedern des Selbsthilfebeirates, VertreterInnen des Selbsthilfezentrums und der Stadtverwaltung (Sozialreferat, Referat für Gesundheit und Umwelt) teil. Den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen dieser Institutionen gilt der besondere Dank des Selbsthilfebeirates für ihre Unterstützung.

In den Sitzungen bewertete der SHB die Anträge der Selbsthilfe (Initiativen und Projektförderung) im Gesundheits-, Sozial- und Umweltbereich und gab entsprechend seiner Aufgabe hierzu Empfehlungen gegenüber der Stadtverwaltung ab. Außerdem wurden Selbsthilfegruppen und Initiativen zu einer persönlichen Vorstellung eingeladen, soweit sie erstmalig Fördermittel beantragten.

Weitere Schwerpunkte waren die Pflege der Kontakte zu den Gruppen, zu Netzwerken im Bereich der Selbsthilfe und allgemeine Maßnahmen für die Selbsthilfe.

#### Anträge der Selbsthilfegruppen und Initiativen

Der SHB hatte sich 2005 wiederum mit einer beachtlichen Anzahl von Anträgen der Selbsthilfegruppen und Initiativen zu befassen.

So prüfte der SHB im sozialen Bereich, einschließlich der Migration, Anträge von 24 bestehenden und fünf neuen Gruppen, die mit einer Gesamtfördersumme von rund 210.000 € durch die Landeshauptstadt München bezuschusst wurden.

Im Gesundheitsbereich waren 27 Anträge von Selbsthilfegruppen mit einem Fördervolumen von rund 105.000 € zu bearbeiten. Daneben werden 180 Selbsthilfegruppen mit rund 175.000 € überwiegend von den Krankenkassen unterstützt.

Bei den Umweltinitiativen wurden drei bestehende Projekte mit insgesamt 28.700 € und zwei neue Projekte mit 14.900 € gefördert.

#### Sonstige Sitzungsthemen

Auf Einladung des SHB stellte **Regsam (Regionalisierung sozialer Arbeit in München)** ihre neue Struktur vor und betonte, trotz massiver Etatkürzungen weiterhin als Ansprechpartner für die Selbsthilfe tätig sein zu wollen (vgl. einBlick 5, April 2005).

Im Juni 2005 berichtete die Stadtverwaltung über die neue Rechtslage und

den Stand hinsichtlich des Halbjahresberichtes der Eltern-Kind-Initiativen. Schließlich trafen sich auf Einladung des SHB im Juli 2005 die LeiterInnen von verschiedenen Gesundheits-Selbsthilfegruppen zu einem Gespräch und Gedankenaustausch (vgl. einBlick 7, April 2005).

Für „arbeitslose Frauen“ oder „ältere sozial benachteiligte Menschen“ bestehen derzeit aus verschiedensten Gründen in München keine Selbsthilfegruppen oder Initiativen, obwohl die hier Probleme nicht zu übersehen sind. Der SHB stellte klar, dass er Gruppen und Eigeninitiativen mit diesen Themen fördern wird.

Thema der ganztägigen **Klausur** im November 2005 war zum einen die fehlende Durchlässigkeit von der Selbsthilfeförderung (die primär als „Anschubfinanzierung“ konzipiert war) zur Regelförderung des Sozialreferats. Zum zweiten wurden die immer häufiger von den Kassen und der Stadtverwaltung gestellten Forderungen nach Qualitätsstandards für öffentlich geförderte Selbsthilfeinitiativen erörtert.

Die Ergebnisse der Klausur in aller Kürze:

Zum Verhältnis „Anschubfinanzierung / Regelförderung“ ist festzustellen, dass einige Initiativen ( vor allem z.B. die Mütterzentren) sowohl vom Bedarf her wie auch strukturell/organisatorisch die Voraussetzungen zur Regelförderung eindeutig erfüllen. Andere Initiativen, die zwar ebenfalls sehr erfolgreich arbeiten, aber formal die Voraussetzungen für eine Regelförderung nicht erfüllen, sollten wie bisher sozusagen „regelgefordert in der Selbsthilfe“ verbleiben.

Von den Klausurteilnehmern wurden in einer ersten Bewertung folgende Bereiche erarbeitet, die sich für Qualitätsstandards eignen können:

- Binnenverhältnis in der Gruppe hinsichtlich Austausch von Informationen, gegenseitiger Unterstützung usw., Gruppenleitung;
- Verhältnis zu anderen Betroffenen, wie z.B. deren Beratung;
- allgemeine Öffentlichkeitsarbeit;
- Vernetzung mit anderen Gruppen oder Einrichtungen zur gleichen Thematik;
- bei öffentlicher Förderung die Legitimation der Mittelverwendung gegenüber der Verwaltung oder den Kassen (Antrag, Verwendungsnachweis, Sachbericht).

Qualitätsstandards beziehen sich somit auf ein (organisatorisches und inhaltliches) „Konzept“ der Gruppen im weitesten Sinn.

Hinsichtlich dieser „Qualitätsstandards in der Selbsthilfe“ wurde klargestellt, dass sie

- die Autonomie der Gruppen nicht beeinträchtigen dürfen,
- das ehrenamtliche Engagement berücksichtigen müssen und
- gemeinsam mit den Gruppen zu entwickeln sind.

Auch hier gilt der Grundsatz, dass auch gefördert werden muss, wo gefördert wird.

*Konrad Kaspar, Mitglied des Selbsthilfebeirates*


**Literaturhinweise**

#### „Regisseur der eigenen Biografie werden“ (N. Herriger)

Im Internet-Journal des *Maecenata-Institutes für Philanthropie und Zivilgesellschaft* der Humboldt-Universität in Berlin ist ein sehr lesenswerter Artikel des Redakteurs der Zeitschrift P.M. und FÖSS-Vereinsmitgliedes

**Wolfgang C. Goede** erschienen. Er trägt den Titel „**Lebendige Demokratie - starke Innovationskraft**“ und veranschaulicht an 10 Aktionsfeldern aus dem Alltag, u.a. der **Selbsthilfe**, praktische Beispiele „nach- und werthaltiger Demokratie von der Wiege bis zur Bahre.“

Sie können den Artikel herunterladen unter [http://www.maecenata.de/dokumente/1500\\_publicationen/Maecenata\\_Actuell/2005\\_MA55.pdf](http://www.maecenata.de/dokumente/1500_publicationen/Maecenata_Actuell/2005_MA55.pdf)

Die Dokumentation des Fachgesprächs aus dem Jahr 2005 zum Thema „**1 Jahr Zuwanderungsgesetz und Hartz IV - die Praxis in München**“ aus der Reihe *Selbsthilfe und Migration* können Sie unter folgendem Link abrufen:

[http://www.shz-muenchen.de/downloads/Doku\\_Fachgespraech\\_2005.pdf](http://www.shz-muenchen.de/downloads/Doku_Fachgespraech_2005.pdf)

#### **Achtung Wiederholungsanträge!!**

Die Frist zum Stellen von Wiederholungsanträgen an das Sozialreferat / Selbsthilfeförderung **endet am 1.März**. Anträge und Maßnahmenpläne können über folgende Links heruntergeladen werden:

<http://www.shz-muenchen.de/Antrag.xls> und

<http://www.shz-muenchen.de/Massnahmen.xls>

## Seminare 2006

Das folgende Fortbildungsseminar von FoeBE wurde in den Mai verlegt. Hier der neue Termin :

**Konfliktseminar „Nicht ärgern - ändern“  
12./13.Mai 2006**

**Kosten:**

€ 120,- incl. Getränke und Tagungsunterlagen  
€ 60,- für Freiwillige

**Ort:**

Selbsthilfezentrum **Seminarraum G5**  
Westendstr.68 80339 München

Fortbildung für hauptamtliche und freiwillige LeiterInnen von Gruppen und solche, die eine Leitungs-Aufgabe vor sich haben:

**„Gruppen leiten mit Hirn, Herz und Hand“**

Menschen zu begleiten, die zusammen an einem Thema arbeiten wollen, einmalig oder über einen längeren Zeitraum, ist eine filigrane Kunst.

Die eigene Wahrnehmung ist gefordert; es gilt, die „Themen hinter den Themen“ zu erkennen und sichtbar zu machen, den Arbeitsauftrag zu erfüllen,

Das Seminar bietet einen Einstieg in die TZI und die Möglichkeit, bei Interesse eine Grundausbildung anzuschließen, die mit dem Zertifikat abschließt.

Hier sind noch drei Plätze frei!

**Termin:**

Freitag, 24. Februar 2006 14.00 - 18.00h  
Samstag, 25. Februar von 10.00 - 18.00h

**Leitung:**

Stephanie d'Huc-Rudolph, TZI-Graduierte im Ruth Cohn Institut International

**Kosten:**

€ 120,- für Hauptamtliche  
€ 60,- für Mitarbeitende in der Selbsthilfe, Bitte überweisen Sie den Betrag auf das Konto: Bank für Sozialwirtschaft BLZ:70020500  
KontoNr:7835103, dann ist Ihr Platz fest gebucht.

**TeilnehmerInnen:** 8-15

**Ort:**

Selbsthilfezentrum MÜNchen  
Westendstraße 68 80339 München

Die Anmeldungen bitte formlos schriftlich an das FoeBE-Büro  
Westendstr.68 in 80339 München  
oder per e-mail: [info@foebe-muenchen.de](mailto:info@foebe-muenchen.de)

## KONTAKT



Projektbüro  
FoeBE  
Verbund zur Förderung von Bürgerschaftlichem  
Engagement e.V.

Stephanie d'Huc-Rudolph Tel: **089 532956 - 33** **NEU**  
FöBE - Projektbüro Fax: **089 532956 - 32**  
**Westendstr. 68** **NEU** eMail: [info@foebe-muenchen.de](mailto:info@foebe-muenchen.de)  
**80339 München** Internet: [www.foebe-muenchen.de](http://www.foebe-muenchen.de)

## FoeBE wünscht allen Leserinnen und Lesern ein inhaltsreiches und heiteres Neues Jahr!

### Info-Point 2006

Auch in diesem Jahr organisiert das Projektbüro FoeBE wieder ein monatliches Angebot für Initiativen und Projekte in der Stadtinformation im Münchner Rathaus.

Hier können sich BürgerInnen über freiwilliges Engagement informieren, Wichtig ist, dass die Initiativen konkrete Angebote vorstellen, wo und wie jemand bei ihnen ehrenamtlich mitarbeiten kann.

Wenn Sie Interesse haben, Ihre Initiative vorzustellen, bitte melden Sie sich unter der Tel.Nr. (089) 532956 - **-33** (Mo und Do)

Freie Termine 2006 sind noch:

**8.März/ 10.Mai/ 28.Juni/ 13.September/ 8.November**

jeweils von 15.00 - 19.00 Uhr in der Stadtinformation im Rathaus. Die übrigen Termine (Februar/April) sind schon ausgebucht.

### Vorankündigung: Münchner Freiwilligen Messe

Im Oktober 2006 ist es soweit: Die Münchner Freiwilligen Messe findet statt am

**Sonntag, 15.Oktober 2006 im Münchner Gasteig.**

Wir danken dem Direktorium der LH München und dem Sozialreferat für die Zusage einer finanziellen Unterstützung; so ist die Basis geschaffen für ein – später jährliches – Angebot.

Wenn Sie Interesse haben, mit Ihrem Projekt an der Messe teilzunehmen, bitte schicken Sie ein formloses Anschreiben an [info@foebe-muenchen.de](mailto:info@foebe-muenchen.de), dann erhalten Sie im Frühjahr das Einladungsschreiben.

Sollten Sie Lust haben, an den Vorbereitungen mitzuwirken, sind Sie herzlich eingeladen. Das nächste Treffen findet am 16.Februar von 10.00 - 12.00 im SHZ, Raum G5, statt. Bitte rufen Sie an!

### Projekt „Anpiff“

Freiwillige haben doch die besten Ideen!

Das Stadtjugendamt sucht 500 Jugendliche, die während der Fußball WM als Lotsen und Begleiter in und um München die Gäste „auf den richtigen Weg“ bringen sollen.

Durch die Initiative einer Ehrenamtlichen wird dieser Service nun auch für **ältere Menschen und Gehbehinderte** ausgeweitet!

Deshalb:

Das FoeBE-Büro sucht interessierte Freiwillige von 30 – 70 Jahren, möglichst mit Fremdsprachenkenntnissen, die Lust dazu haben, als „munich volunteers“ im Juni und Anfang Juli 06 unsere Stadt zu präsentieren und in- und ausländischen Gästen alternative Ausflugs- und Besichtigungsangebote zu machen.

Denn nicht für jeden Gast ist Kicken das Höchste!

Wenn Sie Lust haben, melden Sie sich unter Tel. (089) 532956 - **33**, dann erfahren Sie alles weitere.

## Selbsthilfe aus der Migrantin-Perspektive

Fortsetzung von Seite 1

Ausgehen möchte ich von der in den Internetseiten des Selbsthilfezentrums erscheinenden Aussage:

„Selbsthilfe und Selbstorganisation, das heißt:

- gemeinsam mit anderen nehme ich mein Schicksal in die Hand
- gemeinsam mit anderen bewältige ich meine Probleme
- gemeinsam mit anderen setze ich meine Ideen um.“ (<http://www.shz-muenchen.de/p1.html>)

Das haben Migrantinnen und Migranten unterschiedlicher ethnischer und religiöser Hintergründe und sozialer Bildungs- und ökonomischer Lagen schon geleistet und dieses leisten sie weiterhin. Betrachtet man die Anzahl der Kultur- und Sportvereine in der vom Ausländerbeirat herausgegebenen und für 2005 aktualisierten Broschüre „*Migrantinnen und Migranten in München: Vereine, Gruppen, Initiativen, Beratungsstellen und Institutionen Ehrenamtlichen Engagements*“, dann kann man getrost sagen: Migrantenselbstorganisation existiert, war und ist wirksam (siehe auch die einBlick - Beiträge von Bosl, September 2005 oder Sonntag, Dezember 2005). Außerdem schreibt Erler (einBlick, September 2004), dass zwischen 1999 und 2003 eine Verdoppelung der Förderanträge und Förderzuschüsse von und an Migranten-Selbsthilfegruppen stattgefunden hat. Dies allerdings erst nach einer gezielten und migrantinnen- und migranten-spezifischen Öffentlichkeitsarbeit.

### Nutzung von Potenzialen oder Überwindung von Diskriminierung?

Als die Migrantin, die ich bin, würde ich also erst mal festhalten: Migrantinnen und Migranten sind selbstorganisiert, zuwenig und zu unsystematisch gefördert, aber es tut sich was, und zwar erst, seitdem Migrantinnen und Migranten als Klientel bzw. Zielgruppe für Selbsthilfe erkannt wurden und gezielt, d.h. angemessen und spezifisch angesprochen wurden. Die von Erler berichtete 200% Zunahme an Förderung und Anzahl von geförderten Selbsthilfegruppen in nur drei Jahren verheißt eigentlich nur Gutes und zeigt, dass das Selbsthilfezentrum auf dem besten Weg ist, sich interkulturell zu öffnen und sich bereits, wenn auch nur ansatzweise, der Organisationsentwicklungsstrategie des **Diversity Management** (auch bekannt unter dem Namen *Umgang mit Vielfalt* oder *Gestalten von Vielfalt*) bedient. Die institutionalisierte Selbsthilfe und das Selbsthilfezentrum haben erkannt, dass in der Gesellschaft eine zunehmende Internationalisierung stattfindet und haben sich mutig in eine fruchtbare (einBlick) Diskussion über einen gleichwertigen und produktiven Umgang mit Vielfalt gestürzt. In dieser Diskussion ist bis jetzt zuwenig die Überwindung von Diskriminierung (impliziter und expliziter Benachteiligungsstrukturen in der Selbsthilfe und dem Selbsthilfezentrum) angesprochen. Der Fokus lag eher auf eine effektivere Nutzung der vorhandenen Leistungspotenziale (hauptsächlich derer von Migrantinnen und Migranten). Die Strategie des Umgangs mit der Vielfalt (Managing Diversity) bietet m.E. gute Anregungen für eine gelungene interkulturelle Öffnung von Einrichtungen, Institutionen und Organisationen und deshalb möchte ich diese im folgenden kurz darstellen. Dabei beziehe ich mich hauptsächlich auf die Arbeiten von Peter Döge (z.B. Döge, 2004). Im Anschluss werde ich dann kurz die Fragen und Punkte hervorheben, die im Sinne des Diversity Managing für die interkulturelle Öffnung der Selbsthilfe und des Selbsthilfezentrums sich ergeben.

Managing Diversity ist eine sinnvolle und praktikable Strategie und zielt darauf, in Organisationen Bedingungen herzustellen, die es allen Personen ermöglichen, unabhängig von soziokulturellen<sup>1</sup> und körperlichen Unterschieden ihr Leistungspotenzial, ihre Kompetenzen und ihre Kreativität optimal ein- und zur Geltung bringen zu können (Döge, 2004, S.12). Dabei, so Döge (ebd.), erreichen dieses Ziel am ehesten multikulturelle Organisationen, die

- Wertevielfalt und Pluralismus,
- uneingeschränkte Zugangsmöglichkeiten für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu allen Positionen und Funktionen,
- Integration aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in informelle Kommunikationsstrukturen und Netzwerke,
- Abwesenheit von Vorurteilen,
- Abwesenheit von direkter oder indirekter Diskriminierung und
- einen kooperativen Umgang mit Konflikten zwischen den Gruppen

pflügen.

Monolithische Organisationen, die charakterisiert sind durch Hierarchisierung, Uniformität, Assimilation und Assimilationsdruck, sind kaum in der Lage produktiv mit der Vielfalt ihrer Belegschaft umzugehen.

Managing Diversity als Organisationsentwicklung hat zwei zentrale Handlungsfelder, nämlich erstens im Bereich der **Personalpolitik** die Besetzungspolitik zu öffnen, also Geschlecht, Kultur, Lebensform, Religionszugehörigkeit als versteckte Ausschlusskriterien zu identifizieren, transparent zu machen und ggf. zu eliminieren. Außerdem die Leistungs- und Karrierekriterien von unhinterfragten Werten und Annahmen, z.B. Südländer seien nicht karriereorientiert, zu bereinigen. Der zweite Bereich ist die **Produktgestaltung**, die am effektivsten läuft, wenn die Heterogenität der Zielgruppen (der potenziellen Abnehmer und Abnehmerinnen) erkannt und bei der Produktplanung und -gestaltung berücksichtigt wird. Hierzu sind jedoch heterogene Teams nötig, denn diese können die Vielfalt an Bedarfe besser als homogene Arbeitsgruppen erkennen (Arbeitskreise, die multikulturell zusammengesetzt sind, werden andere Lösungen entwickeln, als monokulturelle Gremien). Die Arbeitsprozesse sind innerhalb dieser „vielfältigen“ und „bunten“ Teams zeitaufwändiger, insbesondere bei Konflikten oder der Entwicklung neuer Produkte, ihre Lösungen und ihre Produkte sind in der Regel jedoch effektiver, angemessener und nachhaltiger (Döge, 2004)

Zu einem erfolgreichen Managing Diversity in Organisationen gehören neben einer Diversity Analyse z.B. durch eine Erfassung der Ist-Lage der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Organisation hinsichtlich Benachteiligungen (Geschlecht, Behinderung etc.) oder durch den Einsatz von *flying experts*, also Fachpersonen, die in den unterschiedlichen Arbeitseinheiten nach versteckten Benachteiligungsstrukturen suchen, auch die Einführung einer zentralen Diversity-Einheit als Begleiterin und für Managing Diversity verantwortliche, heterogen besetzte Instanz der Organisation. Allerdings sollte die Gesamtverantwortung bei der Organisationsleitung liegen und von ihr gewollt werden, ein Monitoring und Controlling des Prozesses stattfinden und Diversity-Beauftragte sollten möglichst nur übergangsweise in dieser Funktion tätig sein (max. 3 Jahre).

<sup>1</sup> wobei Kultur weiter gefasst wird, nämlich als kollektives und individuelles Handlungs- und Lebensmuster.

Fortsetzung auf Seite 7

## Thema

## Service

## FoeBE-News

## Aus dem SHZ

## Kurz &amp; Aktuell

### Münchner Ärzte und Selbsthilfgruppen - ein erfolgreiches Projekt zur Gesundheitsversorgung in München wird künftig in die Arbeit des Selbsthilfzentrums integriert

Wie benommen verlässt Herr C. die Arztpraxis. Eben hat er die Diagnose Krebs bekommen, die sein Leben nachhaltig verändert. Was nun auf ihn zukommt, sind neben der Angst und Verzweiflung tausend Fragen zu Therapie, Umgang mit Partnern und Kollegen, gesetzlichen Grundlagen der Behandlung etc. Die Selbsthilfgruppe beantwortet Fragen, unterstützt und begleitet seinen Leidensweg. Der Arzt von Herrn C. hat auf Gruppen verwiesen, weil er durch Veranstaltungen von **dialog** überzeugt ist, dass Selbsthilfgruppen seine Behandlung wesentlich unterstützen.

Die Gesundheitspolitik betont zunehmend die Beteiligung von Patientinnen und Patienten im Gesundheitswesen. Eine ganzheitliche Gesundheitsversorgung in München zu befördern war ein Ziel von **dialog - Münchner Ärzte und Selbsthilfgruppen**.

Am 03.12.2005 stellte **dialog** im Selbsthilfzentrum die Ergebnisse des Modellprojektes vor. Ein Abschlußbericht dient als Anregung für vergleichbare Vorhaben in Bayern und der Bundesrepublik und ist über das Selbsthilfzentrum zu beziehen.

Konzipiert im Selbsthilfzentrum, initiierte und begleitete **dialog** Kooperationen zwischen Professionellen und Selbsthilfgruppen. Auch in Zukunft wird das Selbsthilfzentrum die Arbeit weiterführen:

- Bei Veranstaltungen in Kliniken, für Ärzte und Apotheker oder auf Kongressen werden wir die Fachwelt über Selbsthilfe informieren und Dialoge anregen
- Selbsthilfgruppen oder/und Ärzte und Professionelle, die Kooperationen wünschen, werden von uns beraten und begleitet
- 2006 finden zwei Seminare zu Kooperationen statt: für Selbsthilfgruppen am 27.05.- für Ärzte am 19.07. - siehe Broschüre: „Beratungs- und Fortbildungsangebote im SHZ 2006“
- Wir werden in ärztlichen Medien und auf Kongressen über Selbsthilfe und Kooperationen informieren

Wer zu Kooperationen im Gesundheitsbereich Unterstützung wünscht:

Eva Kreling, Tel.: (089) 532956 - 20 oder eMail: [eva.kreling@shz-muenchen.de](mailto:eva.kreling@shz-muenchen.de)

### "Selbsthilfe leben - Gesundheit stärken"

Der 5. bayernweite Selbsthilfekongreß am 21.10.2005 war ein Riesenerfolg. Über 330 TeilnehmerInnen aus ganz Bayern - darunter zahlreiche Selbsthilfgruppen - drängten sich ins Augsburger Rathaus um sich zum Thema auszutauschen. Ein immer wieder auftauchendes Thema: Selbsthilfeaktivisten wünschen sich eine partnerschaftliche Zusammenarbeit auf mit Ärzten, Therapeuten und anderen Gesundheitsberufen.

Prof. Alf Trojan aus Hamburg betonte die positive Wirkung von Selbsthilfekontaktstellen, die stark in Anspruch genommen werden und deren Arbeit hoch geschätzt wird, wie er aus seiner Studie zitierte. Bei einer Untersuchung in Hamburg 2003 wurde außerdem festgestellt, daß jeder Euro in Selbsthilfe investiert eine zwanzigfachen Wert für die Stadt einbrachte: eine unglaublich hohe Zahl, die zeigt, daß sich eine professionelle Selbsthilfeunterstützung langfristig mehr als auszahlt.

In über 12 Workshops zu Themen wie Selbsthilfe und Psychiatrie, Krankenkassenförderung, Patientenbeteiligung aber auch sehr praktischen Themen wie "Bewegung - Entspannung - Ernährung" tauschten sich Selbsthilfeaktivisten und Professionelle intensiv aus. Beim Abschlussplenum mit Staatsministerin Stevens wurden die unzureichende finanzielle Selbsthilfeförderung angemahnt. Sowohl die Krankenkassen, als auch der Freistaat sollten ihre Selbsthilfeförderung noch weiter ausbauen, betonte Margot Murr vom Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern.

"Schließlich ist Selbsthilfe eine wichtige Investition in die Zukunft", so die Vorstandsfräule.

### Selbsthilfe aus der Migrantin-Perspektive

Fortsetzung von Seite 6

#### Sind Unterschiede erlaubt?

Die folgenden Fragen und Schlussfolgerungen ergeben sich, wenn die Bereitschaft besteht, sich der existierenden gesellschaftlichen Vielfalt zu stellen.

- Zunächst einmal müssen die Selbsthilfe und das Selbsthilfzentrum ihre interkulturelle Öffnung wirklich wollen. Wichtig wäre darüber hinaus, zu untersuchen ob angebliche Hindernisse und Misserfolge bei ihrer interkulturellen Öffnung, tatsächlich vorhanden sind oder ob sie nicht versteckte auf Diskriminierung beruhende, vorschnelle Entschuldigungen und Rechtfertigungen sind, die eine Unterbrechung des Prozesses der interkulturellen Öffnung rechtfertigen bzw. als einzige Konsequenz erkennen lassen. Stehen Vorstand und Zuschussgeber wirklich hinter einem solchen Schritt der interkulturellen Öffnung und des produktiven Umgangs mit Vielfalt, der doch zunächst mit viel Aufwand und komplizierten, teuren, unpopulären und vielleicht sogar beängstigenden Umstellungen und Maßnahmen verbunden zu sein scheint?
- Des weiteren müssen die Strategien der interkulturellen Öffnung näher betrachtet werden. Ist tatsächlich alles versucht und getan worden? Sind die betroffenen Zielgruppen einbezogen worden (z.B. auch in die einBlick-Reihe)? Wurden möglicherweise Alibi-Minoritäten einbezogen und die anderen außen vor gelassen? Stehen die Vertreterinnen und Vertreter der betroffenen Zielgruppen „Macht“-Positionen innerhalb der Selbsthilfe offen oder werden sie nur als „beratende“ Mitglieder geduldet?
- Sind die für die Vielfalt gestalteten Produkte gewollt? Sind überhaupt andere Produkte als die bereits entwickelten gewollt? Ist die Selbsthilfe und damit auch das Selbsthilfzentrum bereit, neue Selbsthilfe-Produkte (wie z.B. viele in der Migrantenselbstorganisation bereits existieren) anzunehmen? Sind die Selbsthilfe-Produkte repräsentativ für die avisierten Zielgruppen? Können und dürfen Abweichungen zu Mainstream-Produkten existieren?

Das Selbsthilfzentrum hat sich der Aufgabe „Interkulturelle Öffnung“ gestellt. Es hat sich auf dem Weg gemacht, sich als Institution zu öffnen und damit allen Personen unabhängig von soziokulturellen und körperlichen Unterschieden zu ermöglichen in der Selbsthilfe ihr Leistungspotenzial, ihre Kompetenzen und ihre Kreativität optimal ein- und zur Geltung zu bringen, um somit

- gemeinsam mit anderen das eigene Schicksal in die Hand zu nehmen,
- gemeinsam mit anderen (die in vielen Aspekten anders, in dem einen jedoch wie ich sind) die eigenen Probleme zu bewältigen,
- gemeinsam mit anderen (die in vielen Aspekten anders, in dem einen jedoch wie ich sind) die eigenen Ideen umzusetzen.

#### Literatur

- Ausländerbeirat der Landeshauptstadt München (Hrsg.) (2005) Migrantinnen und Migranten in München: Vereine Gruppen Initiativen Beratungsstellen und Institutionen Ehrenamtliches Engagement. 3. überarbeitete Auflage, München: Stadtskanzlei.
- Bosl, M. (2005). Selbsthilfeorganisationen von MigrantInnen fördern die Integration. einBlick, Ausgabe 7, S. 1 - 3.
- Erler, W. (2004). Eine kleine Erfolgsgeschichte. Ein Rückblick auf sechs Jahre Förderung der Migranten-Selbsthilfe. einBlick, Ausgabe 2, S. 1 - 2.
- Sonntag, U. (2005). Die Zeit des Nischendaseins ist vorbei! einBlick, Ausgabe 8, S. 1 - 2.
- Döge, P. (2004). Managing Diversity – Von der Anti-Diskriminierung zur produktiven Gestaltung von Vielfalt. Theorie und Praxis der sozialen Arbeit, Heft 3 / 2004, S. 11 – 16.

Thema

Service

FoeBE-News

Aus dem SHZ

Kurz &amp; Aktuell

## Initiativen-Börse/Gruppen Gründungen

### Neu gegründete Gruppen

#### AGS (Adrenogenitales Syndrom) – Eltern- und Patienteninitiative

AGS ist eine angeborene Cortisonmangelerscheinung. Es gibt verschiedene Ausprägungen, bei allen Formen gleich ist jedoch ein Überschuss an Androgenen vorhanden.

Die Gruppe befasst sich mit der Verarbeitung und dem Umgang mit der Erkrankung. Aber auch Fragen der Aufklärung und der Informationsaustausch werden gemeinsam angegangen. Kontakt zur Gruppe: Tel. (089) 54379090 oder über SHZ (089) 532956 - 11.

#### Selbsthilfegruppe PCOS (Polyzystisches Ovarsyndrom)

PCOS ist eine der häufigsten endokrinen Erkrankungen geschlechtsreifer Frauen.

Charakteristisch sind z.B. Zyklusstörungen und eine Erhöhung der männlichen Hormone im Blut. Die Gruppe bietet betroffenen Frauen Austausch und Information, Hilfe und Halt unter Gleichgesinnten. Kontakt zur Gruppe: Tel. (08161) 911191 oder SHZ (089) 532956 - 11.

#### Selbsthilfegruppe Bluthochdruck

Die Gruppe bietet regelmäßigen Erfahrungsaustausch, Informationen, praktische Tipps und Hilfe. Kontakt zur Gruppe: Tel. (089) 588837 oder über SHZ (089) 532956 - 11.

### Freie Plätze in bestehenden Selbsthilfegruppen

Die „Selbsthilfegruppe für Menschen mit Rückenproblemen“ hat Plätze frei. Kontakt zur Gruppe über Tel. (089) 225837.

Die „Selbsthilfegruppe Manisch Depressive Menschen, 3“ hat Plätze frei. In dieser Gruppe treffen sich hauptsächlich Menschen „mittleren Alters“. Kontakt zur Gruppe: Tel. (089) 68070212.

Auch die Selbsthilfegruppe „Amalgam und andere Umweltgifte“ hat noch Plätze frei. Kontakt unter (089) 682585.

Der **Väteraufbruch für Kinder** sucht weitere Mitglieder: Tel.: (089) 7603360.

Die Selbsthilfegruppe „Kaufsucht“ bietet freie Plätze für Betroffene, die ihre Sucht gemeinsam mit anderen meistern wollen. Kontakt über das Selbsthilfezentrum, Tel. (089) 532956 - 11

## Seminare, Kurse und Veranstaltungen im SHZ

03.02., 10.00 h	<b>Grundkurs Internet / eMail</b> (ganztags)
17.02., 10.00 h	<b>Finanzen zweckentsprechend einsetzen</b> (halbtags)
10.03., 10.00 h	<b>Grundkurs Word</b> (ganztags)
21.03., 18.00 h	<b>Jour Fixe:</b> „Ziele und Erfolge: Ist die Gruppe noch auf dem richtigen Weg?“
31.03., 10.00 h	<b>Ziele setzen und erreichen</b> (ganztags)
07.04., 10.00 h	<b>Grundkurs Windows</b> (ganztags)
08.04., 09.30 h	<b>Rechte und Pflichten für Selbsthilfegruppen</b> (halbtags)
28.04., 10.00 h	<b>Führen und Leiten</b> (ganztags)
05.05., 10.00 h	<b>Erfolge dokumentieren</b> (ganztags)
12.05., 10.00 h	<b>Konfliktmanagement</b> (ganztags)

Das neue Programm **Fortbildungen und Beratungen 2006** des Selbsthilfezentrums erhalten Sie im Selbsthilfezentrum oder auf der Website des SHZ [www.shz-muenchen.de](http://www.shz-muenchen.de)

## Rechtsambulanzen: rasche Hilfe zu Hartz IV

### Einzelberatungen nach telefonischer Anmeldung:

montags, 16 - 19 h: Pro Familia, Tel.: 3300840

montags, 9.15 - 11.00 h: Verein für soziale Aufgaben, Tel.: 89052940

Montag, 20.03., 24.04., 15.05., 19.06., 17.07., 13-15 h: alfa-m, Tel.: 4580250 (nur Frauen)

dienstags, 17 - 19 h: Stadtteilbüro Neuperlach, Tel.: 6708904

jeden 2. Dienstag im Monat, 15 - 18 h: Kofra, Tel.: 2010450 (nur für Frauen)

jeden 2. Donnerstag im Monat, 16 - 17 h: Karla 51, Tel.: 5491510 (nur für Frauen)

jeden 2. Donnerstag im Monat, 17 - 19 h: Ev. Beratungsdienst f. obdachl. Frauen, Tel.: 288285

Donnerstag, 23.02., 30.03., 27.04., 18.05., 29.06., jeweils 17 - 19 h: VAMV, Tel.: 6927060

## Kontakt- und Beratungsstelle

Die Sprech- und Besuchszeiten der Kontakt- und Beratungsstelle des Selbsthilfezentrums:

Montag: **von 15.00 bis 18.00 Uhr**

Dienstag: **von 10.00 bis 14.00 Uhr (NEU)**

Mittwoch: **von 10.00 bis 13.00 Uhr**

Donnerstag: **von 15.00 bis 19.00 Uhr (NEU)**

in der **Westendstr. 68, 80339 München**,  
Telefonnummer: (089) 532956 - 11

Kontakt-, Beratungs- und Informationsmöglichkeiten **auch außerhalb dieser Zeiten** über:

- unsere Website [www.shz-muenchen.de](http://www.shz-muenchen.de)
  - unsere eMail-Adresse [info@shz-muenchen.de](mailto:info@shz-muenchen.de)
  - unser Fax: (089) 532956 - 41 (NEU)
- sowie nach Vereinbarung.

## Ihr Feedback an uns

### Ihre Meinung?

Was halten Sie von unserem Medium „einBlick – Münchner Rundbrief für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement“? Ihre Kritik, Anregungen, Beiträge an: [martin.stummbaum@shz-muenchen.de](mailto:martin.stummbaum@shz-muenchen.de)

### Bestellen? ...

Ich möchte „einBlick – Münchner Rundbrief für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement“ bestellen (Bitte nicht die Empfänger-Mailadresse vergessen);

### ... oder abbestellen?

Ich möchte „einBlick – Münchner Rundbrief für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement“ nicht mehr beziehen.

In beiden Fällen einfach eine

eMail an: [rundbrief@shz-muenchen.de](mailto:rundbrief@shz-muenchen.de)

## Impressum

Der „einBlick – Münchner Rundbrief für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement“ erscheint 5x pro Jahr.

V.i.S.d.P.:

Martin Stummbaum,

Geschäftsführer Selbsthilfezentrum München

Westendstr. 68

80339 München

Fon: (089) 532956 - 16

Fax: (089) 532956 - 49 (NEU)

[martin.stummbaum@shz-muenchen.de](mailto:martin.stummbaum@shz-muenchen.de)

Beiträge von GastautorInnen müssen nicht unbedingt und in allen Fällen die Meinung der Redaktion wiedergeben. Für unverlangt eingesandte Beiträge wird keine Gewähr übernommen. Mit einer (beheutamen) redaktionellen Bearbeitung ihrer Beiträge erklären sich die GastautorInnen einverstanden.