

SELBSTHILFE *aktuell*

Info der Selbsthilfekontaktstelle des Schwarzwald-Baar-Kreises

Fang nie an aufzuhören,
aber hör nie auf anzufangen!



In dieser Ausgabe

Vorwort des Kreis-Behindertenbeauftragten	2
Impressum	2
15. Bad Dürrheimer Selbsthilfetag	3
Hilfsmittel benötigt - Was tun?	8
dekorativer Rolli-Speichenschutz	8
Allgemeine Termine/Veranstaltungshinweise	9
Themen der Selbsthilfegruppen im Landkreis	10
Selbsthilfe-Gruppen-Suche	11
Behindertenbeirat und -beauftragte	12

Ausgabe Nr. 8



Vorwort des Kreis-Behindertenbeauftragten

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitglieder der Selbsthilfegruppen, seit nun fast einem Jahr, genau seit 339 Tagen habe ich das Amt des ehrenamtlichen Behindertenbeauftragten für den Landkreis Schwarzwald-Baar inne. Die Arbeit in den ersten Monaten war sehr zeitintensiv und erfahrungsreich. Das hat sich bis heute kaum geändert.

Donnerstags habe ich seit Januar von 15 bis 17 Uhr Sprechstunden im Landratsamt. Die Hilfesuchenden wenden sich persönlich, per Telefon oder Email an mich. Es erreichen mich die unterschiedlichsten Wünsche, Beschwerden und Anfragen. Sie reichen von Fragen zum Schwerbehindertenausweis über inklusive Bildung bis zur Suche nach einem Arbeitsplatz oder einer barrierefreien Wohnung.

Hinzu kommen Sitzungen im Kreistag, manchmal auch Gemeinderatssitzungen, sowie halbjährlich Sitzungen mit dem Landesbehindertenbeauftragten Herrn Weimer.

Gespräche mit politisch Verantwortlichen sind ebenso in meinem Terminkalender zu finden und bilden eine wichtige Grundlage für meine Arbeit.

Dies soll dazu beitragen, dass sich die Situation für uns Betroffene verbessert und Inklusion nicht nur ein Schlagwort ist.

Ich wünsche Ihnen Allen viel Kraft, aber auch Freude bei Ihrer Arbeit in den Selbsthilfegruppen, eine besinnliche Adventszeit, fröhliche Weihnacht und ein gutes Neues Jahr.

Ihr ehrenamtlicher Behindertenbeauftragte des Schwarzwald-Baar-Kreises
Manfred Kemter

Impressum

SELBSTHILFE aktuell
- 11. Jahrgang -

Herausgeber:

Selbsthilfekontaktstelle
Landratsamt/Gesundheitsamt
Schwarzwald-Baar-Kreis
Schwenninger Straße 2
78048 Villingen-Schwenningen
Telefon (0 77 21) 9 13 71 65
Fax (0 77 21) 9 13 89 18
E-Mail s.kaiser@lrabk.de
Internet www.schwarzwald-baar-kreis.de

Redaktion:

Stefanie Kaiser (sk) (s.kaiser@lrabk.de)
Wolfgang Götz (wg) (svedwolf@web.de)

Layout, Satz:

Eckhard Stemmler (ers)
(erstemmler@ataxie.de)
In der Breite 3 , 78606 Seitingen
Telefon (0 74 64) 52 90 81

Auflage: 700 Exemplare

Druck: Landratsamt Schwarzwald-Baar-Kreis

Die Weiterverwendung in anderen Publikationen ist nur mit Zustimmung des Herausgebers zulässig. Durch die Annahme eines Manuskripts erwirbt der Herausgeber das ausschließliche Recht zur Veröffentlichung (Print/Internet).

Die Redaktion behält sich ausdrücklich das Recht vor, eingegangene Manuskripte redaktionell zu bearbeiten, zu kürzen oder zu kommentieren. Die veröffentlichten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Für namentlich gezeichnete Artikel sind die jeweiligen Gruppen bzw. die Verfasser verantwortlich.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird nicht gehaftet; Manuskripte und Fotos werden nicht zurückgesandt.

Die im **Mitteilungsblättle** veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte bleiben ausdrücklich vorbehalten.

© Selbsthilfekontaktstelle des
Schwarzwald-Baar-Kreises

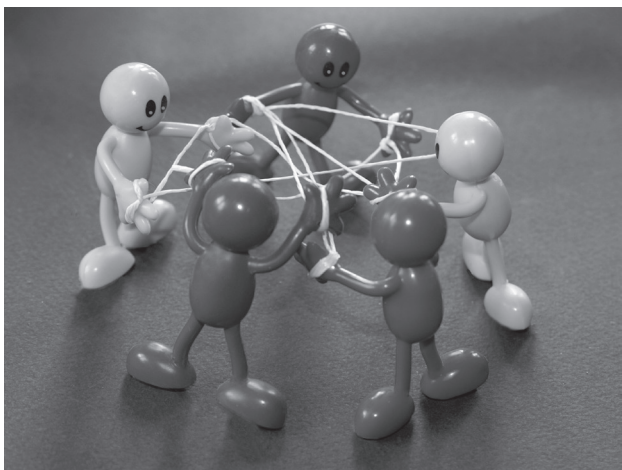
Nächster Redaktionsschluss: 31.03.2014



15. Bad Dürrheimer Selbsthilfetag

Text

Text



Titel

Text

Text

Titel

Text

Text

Titel

Text

Text

Titel

Text

Text

Hilfsmittel benötigt - Was tun?

Wer Hilfsmittel in irgendeiner Form braucht, ist gut beraten, sich erst einmal zu informieren, was es für den speziellen Zweck alles gibt.

Der schlechteste Weg ist, in's Sanitätshaus zu gehen und dort sein Problem vorzutragen. Meine Erfahrung in 13 Jahren „Hilfsmittelnutzung“ ist, man bekommt dann das, was dem S-Haus nützt.

Besser ist in jedem Fall, sich z. B. in der SH-Gruppe die Erfahrungen anderer Betroffener mit ähnlicher Problematik anzuhören, sich selbst im Internet erstmal zu informieren und, wenn die Möglichkeit besteht, sich auf Reha-Messen anzusehen, was verschiedene Hersteller für mein Problem anbieten.

Reha-Messen gibt es alljährlich im gesamten Bundesgebiet, die größten:

- RehaCare im September in Düsseldorf
- Rehab im April in Karlsruhe (2-jährlich)
- IRMA im Juni in Bremen

Mit diesem „Grundwissen“ kann man dann beim Arzt ein Rezept ausstellen lassen und damit beim S-Haus das, was einem nützt, bestellen.

Eine weitere empfehlenswerte Stelle ist im SBK die Fachstelle für Alter und Technik:

DATEN

Hier kann man sich im Vorfeld unabhängig informieren, was es gibt bzw. wie mein Hilfebedarf gedeckt werden kann.

Aufruf an Alle!

Wer hat Tipps für Hilfsmittel oder Problemlösungen, die auch andere interessieren könnten?

Bitte schickt Infos und Bilder (auch formlos) an die Selbsthilfekontaktstelle zur Veröffentlichung in unserer Selbsthilfezeitung.

(ers)

dekorativer Rolli-Speichenschutz

Auf der REHAB 2013 in Karlsruhe habe ich wieder viele Anregungen mitgenommen, die das Leben mit der Ataxie erträglicher oder einfach nur angenehmer machen.

Unter anderem am Stand der Fa. MEHAL (www.mehal.de), die neben anderen nützlichen Hilfsmitteln auch bedruckten Speichenschutz für Rollstühle liefern. Da im Mai bei mir ein neuer Rolli anstand, vereinbarte ich mit dem Sanitätshaus, dass der Standard-Speichenschutz mit einem von mir bei MEHAL bestellten verrechnet wird. Das ergab bei dem Küschall-Rolli einen Mehrpreis (für mich) von ca. 30 €, was ich bei dem Aussehen gern bezahlte.

(ers)



Allgemeine Termine/Veranstaltungshinweise

2013 Europäisches Jahr der Bürgerinnen und Bürger (*)

2014 Jahr der Europa-Wahl (*)

28.02.2014 7. Tag der Seltenen (Krankheiten)
 Nähere Infos bei ACHSE e. V. www.achse-online.de

25.09.2014 15. Internationaler Ataxietag

24.-27.09.2014 Messe RehaCare Düsseldorf (DHAG-Stand)
 Nähere Infos auf www.rehacare.de

* Die Europäische Union ruft seit 1983
Europäische Jahre aus
– Näheres auf www.wikipedia.org

Themen der Selbsthilfegruppen im Landkreis

- Adipositas
- ADS/ADHS
- Ärztliche Behandlungsfehler, Opfer von
- Akustikus Neurinom
- Al-Anon (Angehörige Alkoholkranker)
- Alkoholabhängigkeit
- Alleinerziehende
- Alzheimer
- Amsel (Aktion Multiple Sklerose Erkrankter)
- Angehörige psychisch kranker Menschen
- Angehörige nach Suizid
- Angst und Panikattacken
- Anonyme Alkoholiker
- Aphasie
- Arbeitslosigkeit
- Ataxie
- Atemtherapie
- Atemwegs- und Lungenerkrankungen
- Autismus-Spektrum
- B**auchspeicheldrüsenoperierte
- Behinderung
- Behindertenbeauftragte/r
- Blasenerkrankungen und Blasenkrebs
- Blaues Kreuz
- Bluthochdruck
- Brustkrebs
- C**hromosomal geschädigte Kinder - Eltern von
- CoDependents anonymous (CoDA) / Beziehungsabhängige
- D**arm- oder Blasenausgang, künstlicher
- Darmkrebs / Ilco
- Demenz
- Demenz / Frühbetroffene von
- Depression
- Diabetes
- Down-Syndrom
- Drogen
- E**ltern von Kindern mit Behinderungen
- Eltern von Kindern mit Down-Syndrom
- Elternkreis drogengefährdeter und drogenabhängiger Jugendlicher
- Elternkreis rheumakrankter Kinder
- Emotions anonymous (EA) - Gruppe für emotionale Gesundheit
- Endometriose
- Epilepsie
- F**achstelle Sucht mit Gruppenangeboten
- Fehlgeburten, Totgeburten und Tod des Babies
- Fibromyalgie
- Frauen, sexuell missbrauchte
- Frauen helfen Frauen
- Frauen in schwierigen Lebenssituationen
- Frauen nach Krebs
- Frauenselbsthilfe nach Krebs
- Frauen und Sucht
- Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe
- Früh verwaiste Eltern
- Frühgeborene und kranke Neugeborene
- G**edächtnisprobleme
- Gehörlosenverein
- H**erzgruppen, ambulante
- Herzkrankte
- Hospiz
- Hydrozephalus
- Hyperaktivität
- I**LCO für Menschen mit künstlichem Darm- oder Blasenausgang und Menschen mit Darmkrebs
- Inklusion
- Inkontinenz
- K**ehlkopferoperierte
- Kinder von psychisch kranken/suchtkranken Eltern
- Kinderlähmung
- Kinderwunsch, unerfüllter
- Körperbehinderung
- Krebs
- Krebskranke Kinder
- L**ebertransplantierte
- Leukämie- und Lymphomhilfe
- M**arfan Syndrom

Missbrauch	Schlafstörungen
Mobbing	Schlaganfall/Aphasie
Mobil mit Behinderung	Schmerz
Morbus Bechterew	Schwerhörigkeit
Morbus Crohn - Colitis Ulcerosa	Sehbehinderung
Morbus Menière	Seniorengymnastik
Mukoviszidose	Sexuelle Gewalt
Multiple Sklerose	Skoliose
Myasthenie	Spielsucht
N arkolepsie	Spina bifida
Neurodermitis	Stillen
Nierenerkrankungen	Stoma
O rgantransplantation	Sucht
Osteoporose	Suizid
P ankreatektomierte	Suizid oder plötzlicher Tod von Jugendlichen/jungen Erwachsenen
Parkinson	T innitus
Pflegende Angehörige	Tod, plötzlicher
Poliomyelitis	Trauer
Psychiatrie-Erfahrene	Trennung/Scheidung
Psychische Erkrankungen	U rologische Krebserkrankungen
Prostatakrebs	V äteraufbruch für Kinder
R achen- und Kehlkopfkrebs	Verwaiste Eltern
Restless-Legs-Syndrom	W achkomapatienten
Rheuma	Z öliakie
S auerstoff-Langzeit-Therapie	
Schädel-Hirnverletzte	
Schlafapnoe	

Selbsthilfe-Gruppen-Suche

Wer Fragen zu einzelnen Gruppen hat oder einen Ansprechpartner braucht, wendet sich an:
Selbsthilfekontaktstelle Schwarzwald-Baar-Kreis
Fr. Stefanie Kaiser
Telefon (0 77 21) 9 13 71 65
E-Mail s.kaiser@lrasbk.de

Noch schneller geht es online beim Gesundheits-Info Dienst des Landes Bad-Württemberg
www.internet-gid.de
Hier sind schon viele Landkreise online, so auch der SBK. Wenn für das gesuchte Thema im Landkreis Schwarzwald-Baar keine Gruppe existiert, gibt es vielleicht im Nachbarkreis eine Gruppe.

(ers)

Behindertenbeauftragter Schwarzwald-Baar-Kreis und Donaueschingen
 Manfred Kemter
 Tel. (07 71) 8 96 61 09
Behindertenbeauftragter@Lrasbk.de



Edith Ballard
78050 Villingen-Schwenningen
 Tel. (0 77 21) 82 21 80
edith.ballard@villingen-schwenningen.de



Behindertenbeirat BV Selbsthilfe Körperbehinderter - Bereich Schwarzwald-Baar
 Brunhilde Labor
 Tel. (0 77 21) 5 71 69
brunhilde.labor@web.de



Reinhard Mündel
78112 St. Georgen
 Tel. (0 77 24) 41 10
Reinhardmuendel@online.de



Gudrun Högemann
 Tel. (0 77 21) 7 23 23
gudi.vs@gmx.de



Gerhard Fehrenbach
78120 Furtwangen
 Tel. (0 77 23) 5 00 35
gerhard-fehrenbach@t-online.de

Inge Fromme
Blinden- und Sehbehindertenverein Tel. (0 77 21) 8 78 73 11



Rüdiger Stern
78078 Niedereschach
 Tel. (0 77 28) 71 76



Hannelore Radigk
 78052 Pfaffenweiler
 Tel. (077 21) 2 81 76
radigk@vs-pfaffenweiler.de



Peter Müller
78183 Hüfingen
 Tel. (0 77 21) 92 31 10 und
 Tel. (07 71) 6 51 56
p.w.mueller1@gmx.de



Lothar Schiffhauer
 78050 Villingen-Schwenningen
 Tel. (077 21) 5 31 93
lothar.schiffhauer@t-online.de



Stephanie Engesser
78199 Bräunlingen
 Tel. (07 71) 603-139
Stephanie.Engesser@braeunlingen.de



Harald Holzmann
 78052 Villingen-Schwenningen
 Tel. (077 21) 40 44 15
holzmannvs@aol.com



Mathilde Gleichauf
78176 Blumberg
 Tel. (0 77 02) 36 40
Behindertenbeauftragte@stadt-blumberg.de



Behindertenbeauftragte in den Kreisgemeinden
 Christel Schmidt
78126 Königsfeld
 Tel. (0 77 25) 77 46 *vdk.schmidt@architekturwebdesign.de*



Corinna Grimm
78083 Dauchingen - Bürgerverein
 (0 77 21) 9 13 72 61 (g)
 (0 77 20) 6 76 84 (pr)
h.c.grimm@t-online.de



Peter Lang
78147 Vöhrenbach
 Tel. (0 77 27) 4 96
Peter-Karl.Lang@t-online.de



Inge Wenzler
78609 Tuningen
 über Rathaus Tel. (0 74 64) 9 86 10
Behindertenbeauftragte-tuningens@web.de

