

# Sachbericht 2022

KISS Schwerin



kiss

*Verbindet Menschen*

Kontakt-, Informations- &  
Beratungsstelle für  
Selbsthilfegruppen Schwerin e. V.

**Träger:** **KISS e.V.**  
Spieltordamm 9, 19055 Schwerin

## **I. Inhaltsverzeichnis**

	Seite
<b>1. Arbeitsweise und Leitbild der KISS</b>	<b>3</b>
<b>2. Zielgruppe/ Region</b>	<b>4</b>
<b>3. Selbsthilfeunterstützung 2022</b>	<b>4</b>
3.1 Organisation/ Rahmenbedingungen	4
3.2 Selbsthilfegruppen	5
3.3 Projekt: In-Gang-Setzer*innen (IGS)	7
3.4 Veranstaltungen	7
3.4.1 Teilnahme der Kontaktstelle an Öffentlichkeitsveranstaltungen Dritter (ausgewählte)	7
3.5 Lobbyarbeit	8
3.6 Vereinsarbeit KISS e.V.	8
3.7 Vereinsarbeit LAG Selbsthilfekontaktstellen MV e.V.	8
3.8 Dokumentation	8
<b>4. Personaleinsatz</b>	<b>8</b>
<b>5. Kooperation und Netzwerkarbeit</b>	<b>9</b>
<b>6. Öffentlichkeits- und Pressearbeit</b>	<b>9</b>
<b>7. Barrierefreiheit</b>	<b>10</b>
<b>8. Ausblick und Nachhaltigkeit</b>	<b>11</b>

## **II. Anhänge**

- 1 ... Anfragestatistik
- 2 ... Druckerzeugnisse

## 1. Ziel, Arbeitsweise und Leitbild der KISS

Seit der Gründung des Vereins 1991 orientieren sich die Arbeitsinhalte der Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen zum einen an der Satzung des Vereins und darauf aufbauenden Aufgabenfeldern und zum anderen an den mit den gesetzlichen Krankenkassen, der Landeshauptstadt Schwerin und dem Land MV abgestimmten Zielen der Gesundheitsförderung durch Selbsthilfe (sekundäre und tertiäre Prävention).

Die Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen bietet für Selbsthilfeinteressierte und Selbsthilfegruppen themen-, indikations-, bereichs- und verbandsübergreifend Informationen, Kontakte und Unterstützung auf örtlicher und regionaler Ebene. Ebenso ist sie Ansprechpartner für das professionelle Hilfenetzwerk, bestehend aus Kliniken, Arzt- und Therapiepraxen, Beratungsstellen und Verwaltung.

**Die Selbsthilfekontaktstelle vermittelt Interessierte in Selbsthilfegruppen und unterstützt die Gründung neuer Gruppen.** Dabei orientiert sie sich an den Ressourcen der mittel- und unmittelbar Betroffenen und handelt nicht gewinnorientiert. Ziel ist die Unterstützung der selbstbestimmten und autonomen Gruppenarbeit, ganz besonders bei kleinen und wenig formalisierten Selbsthilfegruppen. Als erste Anlaufstelle wird hier Selbsthilfe fachlich und organisatorisch ortsnah umgesetzt und vernetzt. Selbsthilfegruppen treffen sich auch an anderen Orten der Stadt und in der Umgebung.

Aus dem Zweck ergeben sich die Aufgaben der Selbsthilfekontaktstelle:

- Niedrigschwellige Erreichbarkeit (telefonisch, persönlich, per E-Mail, online)
- Vorhalten eines ständig aktualisierten Selbsthilfegruppen-Verzeichnisses
- Beratung und Information zu Themen der Selbsthilfe
- Zur-Verfügung-Stellung von Räumen oder Hilfe bei der Suche eines (neutralen) Raumes für regelmäßig stattfindende Gruppentreffen
- Organisation von Fortbildungen für Gruppensprecherinnen und -sprecher
- Antragsberatung für Selbsthilfegruppen nach § 20h, SGB V
- Krisenintervention in Selbsthilfegruppen bei Bedarf
- Öffentlichkeitsarbeit
- Netzwerkarbeit und Gremienarbeit
- Dokumentation, Statistik
- Regelmäßige Beratungs- und Informationsleistungen für Bürger/innen zur regionalen Selbsthilfe
- Beratung und Unterstützung bestehender Selbsthilfegruppen
- Beratung und Unterstützung der Gründung von Selbsthilfegruppen
- Unterstützung der Selbsthilfegruppen bei der Öffentlichkeitsarbeit
- Zusammenarbeit und Kooperation mit professionellen Einrichtungen, Vereinen und Verbänden, Fachexpert\*innen und Ämtern
- Öffentlichkeitsarbeit zur Förderung des Selbsthilfepotentials

Die Arbeit der KISS Schwerin orientiert sich an dem gemeinsam in der LAG der Selbsthilfekontaktstellen erarbeiteten **Leitbild**:

Wir, die Selbsthilfekontaktstellen in MV, ...

- ... verankern Selbsthilfe im Gemeinwesen für jeden zugänglich und flächendeckend.
- ... ermöglichen Bürger\*innen Selbsthilfegruppen als eine Chance für den eigenverantwortlichen Umgang mit ihren Lebenssituationen zu nutzen.
- ... verfügen über umfassende Kenntnisse der regionalen Hilfs- und Unterstützungsangebote.
- ... informieren, beraten und vermitteln themenübergreifend.
- ... sichern die Professionalität und Transparenz unserer Arbeit durch Weiterbildung, Erfahrungsaustausch und kontinuierliche Qualitätsentwicklung.

## **2. Zielgruppe/ Region**

Alle volljährigen Menschen, die sich zu ihrem Thema mit Gleichbetroffenen austauschen möchten, können sich in einer Selbsthilfegruppe engagieren. Dabei kann das Thema gesundheitlich oder sozial sein. Selbsthilfe ist grundsätzlich freiwillig und kann deshalb nur aus der eigenen Motivation des betroffenen Menschen heraus geschehen und ihre Wirkung entfalten. Da Selbsthilfe-Engagierte oft schon sehr lange mit ihrem Thema befasst sind, haben sie eine eigene Kompetenz entwickelt, die es ihnen ermöglicht, sich ohne fachliche Anleitung auszutauschen.

Das Anliegen der Selbsthilfe besteht darin, den Menschen in der Gesamtheit und seiner besonderen Lebenssituation zu sehen, auf Unterstützungsmöglichkeiten hinzuweisen und gleichzeitig so zu motivieren, dass er seine eigenen Kräfte und Aktivitäten mobilisiert.

In Selbsthilfegruppen unterstützen sich Gleichbetroffene bei der Findung von selbstbestimmten Problemlösungen durch den Erfahrungsaustausch.

Der gesellschaftliche Wert der Selbsthilfe wird auch deutlich in der Ergänzung des professionellen Versorgungssystems. Selbsthilfe entlastet und bereichert das professionelle Behandlungs- und Beratungsangebot. Dabei ist Selbsthilfe kein Ersatz für soziale und therapeutische Leistungen.

Das Einzugsgebiet der KISS Schwerin umfasst die Landeshauptstadt, deren Umland, insbesondere den Landkreis Ludwigslust-Parchim sowie landesweite Selbsthilfeunterstützung.

## **3. Selbsthilfeunterstützung 2022**

### **3.1 Organisation/ Rahmenbedingungen**

#### Sprechzeiten

Mo. 9:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 17:00 Uhr  
Die. 14:00 – 17:00 Uhr  
Mi. 9:00 – 12:00 Uhr  
Do. 14:00 – 18:00 Uhr  
sowie nach Vereinbarung

Über die Sprechzeiten hinaus ist die KISS per Anrufbeantworter, E-Mail und Internet erreichbar.

## Räume/ Raumkoordination

Der Eingang zur Kontaktstelle im Spieltordamm 9, 19055 Schwerin befindet sich an der Rückseite des Hauses. Insgesamt gibt es hier acht Räume: zwei Küchen (für Personal und für Gruppen), vier Gruppen-, einen Beratungs- und zwei Büroräume, sowie eine Personaltoilette und Besuchertoiletten für Frauen bzw. Männer.

2022 treffen sich 65 Gruppen in den Räumen der KISS. Mit jeder Gruppe wird ein Raumnutzungsvertrag abgeschlossen. Bei Bedarf erfolgt eine Schlüsselübergabe.

2022 wurden von der KISS 54 Anträge von Selbsthilfegruppen zur Pauschal- (52) und Projektförderung (2) bei der ARGE GKV zur gemeinschaftlichen Selbsthilfeförderung beraten.

## **3.2 Selbsthilfegruppen**

### Vermittlung in und Gründung von Selbsthilfegruppen

Das Herzstück der Selbsthilfekontaktstelle ist die Ermöglichung von Austausch Gleichbetroffener in Selbsthilfegruppen. Dazu gehören die Vermittlung Interessierter in bestehende Selbsthilfegruppen, das Führen eines aktualisierten Selbsthilfegruppen-Verzeichnisses, der Schutz personenbezogener Daten (Wahrung der Anonymität von Selbsthilfe-Aktiven) und die Gründung neuer Selbsthilfegruppen, wenn Bedarf angezeigt wird oder wenn es zu einem gesuchten Thema noch keine Selbsthilfegruppe gibt.

Die KISS Schwerin unterstützt ca. 160 Selbsthilfegruppen, davon treffen sich 77 in den Räumen der KISS.

### Selbsthilfegruppen, gegliedert nach Selbsthilfe-Thema, Anzahl

<b>Selbsthilfegruppen (SHG)</b>	<b>Anzahl</b>
Sucht	14
psychische Erkrankungen	37
chronische Erkrankungen/Behinderungen	54
Besondere Lebenslagen/ soziale Themen	15
Eltern und Angehörige	26
Aktivgruppen	6
Pflegende Angehörige	7
<b>GESAMT</b>	<b>159</b>

### Neugründungen 2022

Im Jahr 2022 wurden 13 neue Selbsthilfegruppen in Schwerin gegründet. Die SHG Schlaganfall und Aphasie kam trotz mehrfacher Anläufe (vier Gründungstreffen) nicht zustande.

Folgende Selbsthilfegruppen wurden gegründet

SHG An der Seite depressiv erkrankter Menschen  
 SHG Angehörige von Menschen mit Borderline  
 SHG Coronabetroffene und ihre Angehörigen  
 SHG für Long-Post-Covid-Betroffene und ihre Angehörigen  
 SHG Teufelskreis – Häusliche Gewalt  
 SHG Psychotherapie (m)ein Wegbegleiter  
 SHG Aktiv im Alter  
 SHG Eltern von Kindern mit Psychose – Schizophrenie  
 Stammtisch für Angehörige von Kindern in Pflege und Adoption  
 SHG Mobbing  
 SHG Fatigue-Syndrom  
 Neugründung SHG Kleeblatt – Sexuellen Missbrauch überwinden  
 SHG Jung und Alt in der Natur (Aktiv im Alter)

Nicht genug Teilnehmende fanden sich für folgende Themen

SHG Schlaganfall und Aphasie – keiner übernimmt Gruppensprecherfunktion, zu divergierende Bedürfnisse  
 SHG Teufelskreis – Häusliche Gewalt  
 SHG Morbus Cushing  
 SHG Angehörige von Menschen mit Borderline

Erfolgreich begleitete Gruppensprecherwechsel

SHG Prostatakrebs Schwerin  
 SHG Burnout – und das Leben danach  
 SHG Asperger-Syndrom / Autismus-Spektrums-Störung

Aufgelöste Gruppen 2022

Im Jahr 2022 wurden 10 Selbsthilfegruppen in Schwerin aufgelöst.

<b>Aufgelöste Gruppen</b>	<b>Grund</b>
SHG Verlassene Eltern	Thema wurde erschöpfend besprochen
SHG HOPE – Frauen für Frauen	nicht genügend Anmeldungen
SHG Depressionen verbinden	kein neuer Gruppensprecher gefunden
SHG Frauenpower wecken	überhöhte Ansprüche an die Gruppe konnten nicht erfüllt werden
SHG Schlafstörungen und Schlafapnoe	nicht genügend Anmeldungen
SHG Adipositas und Chirurgie	nicht genügend Teilnehmer*innen
SHG Arthritis	überaltert, kein Nachwuchs
SHG INR-Selbstkontrolle Crivitz	überaltert, kein Nachwuchs
SHG Unruhige Beine	nicht genügend Teilnehmer*innen
SHG für Angehörige von Menschen mit Borderline	nicht genügend Anmeldungen

### **3.3 Projekt: In-Gang-Setzer\*innen (IGS)**

2022 konnten vier neue, ehrenamtliche In-Gang-Setzer\*innen (IGS) ausgebildet werden, die auf Wunsch Selbsthilfegruppen in der Anfangsphase begleiten. Sie arbeiten sehr eng mit der Leiterin der KISS zusammen, die regulär jede Gruppengründung begleitet. Der Basiskurs für In-Gang-Setzer\*innen wird vom Bundesprojekt des Paritätischen NRW organisiert und durchgeführt. Die KISS Schwerin beteiligt sich an der Zusammenarbeit der IGS-Nordländer. IGS aus Schwerin nehmen am Weiterführungs-Workshop teil.

### **3.4 Veranstaltungen**

Ganzjährig finden in der KISS Vorträge, Austauschtreffen und Diskussionsrunden statt.

Daneben beteiligt sich die KISS an Fachtagen und Vernetzungstreffen. Alle Veranstaltungen werden analog, hybrid und virtuell geplant.

Am 4. April wurde die Arbeit der KISS in der Dienstberatung der Bahnhofsmision im Schweriner Hauptbahnhof vorgestellt und eine Zusammenarbeit verabredet.

In Kooperation mit der Stolperstein-Initiative Schwerin wurde am 24. Mai 2022 eine Stolperschwelle vor der ehemaligen "Nervenheilanstalt" Sachsenberg verlegt, zur Erinnerung an die Ermordung von 170 behinderten und psychisch kranken Menschen im Rahmen des Euthanasieprogramms und der T4-Aktion 1933-45.

Am 12. Juli besuchte die VHS-Gruppe "Aktiv im Alter" die KISS und erhielt umfassende Informationen zu Geschichte und Arbeit der KISS.

Am 18. November fand das erste Vernetzungstreffen der KISS mit dem SoVD Kreisverband Schwerin statt. Es wurde eine Zusammenarbeit vereinbart. Die KISS stellt Räume zur Beratung zur Verfügung und leistet Öffentlichkeitsarbeit.

#### **3.4.1 Teilnahme der Kontaktstelle an Veranstaltungen**

- 22.02.2022 Podiumsdiskussion: 5 Jahre Bundesteilhabegesetz, FES, online
- 01.03.2022 Workshop: Verschwörungserzählungen als Herausforderung für die Selbsthilfe, NAKOS, online
- 02.03.2022 Stolperstein-Putzaktion + Geburtstagsfeier Karl Leopold mit Schweriner Schulklassen
- 07.03.2022 Internationaler Frauentag, MP Manuela Schwesig, digitaler Festakt aus dem Staatstheater Schwerin
- 11.03.2022 Interview mit studentischer Projektgruppe "Gemeinwohlorientiertes Schwerin"
- 26.03.2022 WIR-Aktionstag, Schlossparkcenter Schwerin
- 28.04.2022 Krebsinformationsdienst Deutschland: Nachsorge, online
- 12.05.2022 Alles Trauma? Psychologische Unterstützung und "Erste Hilfe" für Haupt- und Ehrenamt in der Arbeit mit geflüchteten Frauen und Kindern, online-Vortrag
- 25.06.2022 MUT-Tour in Schwerin
- 16.08.2022 Plenarsaal Schloss - Konferenz: Klimaflucht – Regionale Auswirkungen eines globalen Phänomens

08.09.2022 Online-Fachgespräch: Herausforderung Verschwörungsglauben – Was kann Selbsthilfe bieten?  
22.09.2022 Länder-Treffen Gesundes Städtenetzwerk Campus am Turm  
09.11.2022 Mitgliederversammlung Bund, Gesundes Städtenetzwerk, online  
09.11.2022 Holocaustgedenken Schlachtermarkt

### **3.5 Lobbyarbeit**

16.05.2022 Vortrag von Sabine Klemm zur Arbeit von Selbsthilfekontaktstellen zur Anhörung im Sozialausschuss des Landtages MV, Ziel: Erhöhung des Haushaltstitels, leider ergebnislos!  
20.und 21.10.2022 Auftritt Sabine Klemm und Vorstandsmitglied Roland Löckelt bei der Ehrenamtsmesse online live im Studio von Maxpress, Stadionstr.1, Schwerin

### **3.6 Vereinsarbeit KISS e.V.**

Es fanden fünf Vorstandssitzungen und die Jahresmitgliederversammlung statt.

### **3.7 Vereinsarbeit LAG Selbsthilfekontaktstellen MV e.V.**

10.03.2022 Mitgliederversammlung mit Vorstandswahl, Sabine Klemm wird zur Vorstandsvorsitzenden gewählt. Es wurden sechs Vorstandssitzungen und eine Mitgliederversammlung durchgeführt. Die Austauschtreffen des Arbeitskreises der Selbsthilfekontaktstellen MV wurden in die Arbeit der LAG aufgenommen.

### **3.8 Dokumentation**

Alle Selbsthilfekontaktstellen in MV nutzen ein gemeinsam abgestimmtes, einheitliches Erfassungsf formular für die Anfragestatistik, anhand dessen in den kommenden Jahren Trends ablesbar werden können.

Im Anhang „Anfragestatistik“ sind die Daten der KISS Schwerin für das Jahr 2022 ausgewertet. 2022 gab es 752 mehr Anfragen an die KISS als 2021. Dabei waren im Verlauf des Jahres 2021 sieben Mitarbeiterinnen und Praktikantinnen in der Geschäftsstelle tätig, im Jahr 2022 dagegen nur vier.

Die Datenbank auf [www.selbsthilfe-mv.de](http://www.selbsthilfe-mv.de) wird laufend aktualisiert.

## **4. Personaleinsatz**

Das Jahr 2022 war wieder von Personalwechseln geprägt. Der Projektantrag von März 2021 bei Aktion Mensch wurde im Mai 2022 endgültig abgelehnt, nachdem er lange zurückgestellt war und es keine Planungssicherheit gab. Hier wären zwei Personalstellen für die Durchführung finanziert worden. Ende Februar gab die langjährige Mitarbeiterin ihren Minijob in der Finanzbuchhaltung auf. Ab Juni konnte eine neue Mitarbeiterin mit 30h/Woche angestellt werden, allerdings um den Preis, dass die Geschäftsführerin für den Rest des Jahres von 40h auf 30h /Woche gehen musste, um ihr ein angemessenes Gehalt zahlen zu können. Die seit Juli 2021 für 20 h/Woche angestellte Verwaltungsmitarbeiterin musste während ihrer AU-Tage oft vertreten werden. Zu den Basisaufgaben kam hier viel Einarbeitung.



Ehrenamtlich Tätige:

- Redaktionsteam, Redakteurin, Layouter und ca. acht weitere Mitglieder
- Verteilung Selbsthilfe-Magazin in Schwerin - sechs Personen
- Online-Redaktion - eine Person
- IGS - vier Personen

## 5. Kooperation und Netzwerkarbeit

In der Zusammenarbeit mit den Kooperationspartnern kann die KISS auf eine gewachsene Struktur des gegenseitigen Verweisens zurückgreifen. Klient\*innen werden weiterhin auf Selbsthilfemöglichkeiten hingewiesen.

Das Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ wurde 2022 wieder aufgenommen. Alle Patient\*innen profitieren davon, wenn sie spätestens bei der Entlassung regulär auf Selbsthilfemöglichkeiten und die Unterstützung durch die KISS hingewiesen werden.

Gemeinsame Veranstaltungen wie der Selbsthilfegruppentag und der fachliche Austausch von Ärzt\*innen und Selbsthilfegruppen tragen zu einer lebendigen Zusammenarbeit mit den Helios Kliniken bei.

Darüber hinaus behält die KISS bewährte Formen der Zusammenarbeit bei, wie z.B. dass Ärzte und Therapeuten an Gruppengründungen teilnehmen, zu Arzt-Patienten-Gesprächen in bestehende Gruppen kommen oder die KISS als Kooperationspartner bei Gesundheits- und Aktionstagen auftritt.

Mitarbeit in Arbeitskreisen und Gremien (regional und überregional)

Die Kontaktstelle arbeitet in folgenden Arbeitskreisen regelmäßig mit:

- LAG Selbsthilfekontaktstellen MV e.V. (ehrenamtlicher Vorstandsvorsitz)
- (Erweiterter) Landesausschuss MV Patientenvertretung
- AG Kommunale Netzwerke\_LaKoKipsFam
- AG interdisziplinäres Fortbildungskonzept LaKo KipsFam
- Fachausschuss Sucht-Selbsthilfe MV
- Kuratorium der Ehrenamtsstiftung MV
- PSAG/ GPV der Landeshauptstadt Schwerin
- AK Psychiatrie, AK Sucht der Landeshauptstadt Schwerin
- Gesundes Städtenetzwerk der Landeshauptstadt Schwerin
- Paritätertreff
- Schweriner Frauenbündnis
- Vertretung der LAG Selbsthilfekontaktstellen MV e.V. bei der Bundesweiten Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (DAG SHG), organisiert von der NAKOS und beim Länderratstreffen der Selbsthilfekontaktstellen aus allen Bundesländern
- In-Gang-Setzer Projekt: bundesweite und Treffen der Nordländer (12./13.12.2022 in Hannover), Schulungen für Selbsthilfekontaktstellen und Ehrenamtliche IGS

## 6. Öffentlichkeits- und Pressearbeit

Die KISS leistet grundsätzlich und regelmäßig Öffentlichkeitsarbeit für Neugründungen oder Veranstaltungen von Selbsthilfegruppen. Die Presseorgane der Landeshauptstadt sowie in den angrenzenden Landkreisen kooperieren in der Regel gut mit der KISS.

Darüber hinaus informieren wir über regionale und überregionale Projekte, Fachtagungen und Konferenzen mit gesundheitspolitischen bzw. Selbsthilfe-Bezügen und leisten Aufklärungs- und Sensibilisierungsarbeit zum Umgang mit schwierigen Krankheitsbildern oder Problematiken.

Am 9. September gab die Geschäftsführerin dem Blitz-Verlag ein Interview.

### Projekt: Selbsthilfemagazin „Hilf dir selbst“

Themen „Hilf dir selbst“ 2022

März - Versuchung

Juni - Gänsehaut

September - Ankommen

Dezember - Zugabe

2022 fanden zehn Redaktionssitzungen zur Erarbeitung des Schweriner Selbsthilfe-Magazins statt. Aktive aus Selbsthilfegruppen haben die Möglichkeit, ihre Erfahrungen zu beschreiben oder im Redaktionsteam mitzuarbeiten.

Kooperationspartner und politische Entscheidungsträger erhalten die Möglichkeit, sich in der Gastkolumne oder den "Drei Fragen an..." zu äußern. Kontinuierlich werden die Möglichkeiten der Verteilung und der Förderkreis erweitert.

### Websites und KISS-Socialmedia

Die Aktualität und Funktionalität der Website [www.kiss-sn.de](http://www.kiss-sn.de) sowie der landesweiten Datenbank auf [www.selbsthilfe-mv.de](http://www.selbsthilfe-mv.de) gewinnen immer mehr an Bedeutung.

2022 erarbeitete die KISS zusammen mit Schwerin-TV einen neuen Werbefilm "Treffen sich Zwei", der als Schleife im TV läuft sowie auf unserer Website und unserem Youtube-Kanal zu sehen ist.

Der Facebook-Auftritt wird verstetigt und ausgebaut. Neu hinzu gekommen ist ein Instagram-Auftritt der KISS, um noch mehr junge Menschen zu erreichen. Allerdings müssen zur Aktualisierung bzw. stetigen Bespielung ab 2023 neue Ressourcen in der KISS frei werden.

## **7. Barrierefreiheit**

Die KISS befindet sich im Erdgeschoss am Spieltordamm 9 und ist barrierearm. Sie ist vom Hauptbahnhof zu Fuß in zehn Minuten zu erreichen. 2014 wurden zum Eingang der KISS Türöffner eingebaut. Eine Rampe ist nicht erforderlich. Allerdings sind die räumlichen Gegebenheiten vorgegeben und somit leider nur punktuell veränderbar. So war es bis jetzt nicht möglich, eine Behindertentoilette einzubauen. Selbsthilfegruppen, die darauf angewiesen sind, unterstützt die KISS bei der Raumsuche zusammen mit den Kooperationspartnern. 2018 wurde ein fünfter Gruppenraum aus Teilen des Flures und zwei kleinen Büroräumen gebaut und eingerichtet. Derzeit treffen sich von den ca. 160 Selbsthilfegruppen in Schwerin und Umland 65 in den Räumen der KISS.

## 8. Ausblick und Nachhaltigkeit

Laut Definition kann man bei der KISS Schwerin nicht von einem Projekt sprechen, denn ein Projekt hat einen Anfang und ein Ende. Durch ihr langjähriges Bestehen ist die Selbsthilfekontaktstelle kein klassisches Projekt, sondern ein fortlaufendes Angebot zur deutlichen Entlastung der gesundheitlichen und sozialen Versorgungssysteme sowie der öffentlichen Verwaltung. Der vergleichsweise geringe Aufwand an Personal- und Sachkosten zur professionellen Unterstützung von Selbsthilfegruppen steht in keinem Verhältnis zu den hier eingesparten Kosten, die durch professionelle Betreuung und Behandlung durch Sozialsysteme und medizinische Versorgung entstehen würden.

Seit seiner Gründung 1991 unterstützt der Verein Menschen dabei, sich in Selbsthilfegruppen selbstbestimmt und unangeleitet zu ihren Themen auszutauschen. Damit verfügt der KISS e.V. über ein Alleinstellungsmerkmal, das ihn von anderen Formen der sozialen Beratung bzw. von therapeutischer Behandlung unterscheidet. Das (ehrenamtliche) Engagement in Selbsthilfegruppen ist zu 100 Prozent freiwillig und damit ebenso bedarfsgerecht. Als sekundäre und tertiäre Prävention ist Selbsthilfe ein nachhaltiges Angebot zur Stabilisierung von Gesundheit. Selbsthilfe kann zwar Therapie nicht ersetzen, ist aber eine wichtige und sinnvolle Unterstützung bzw. Ergänzung, um Rückfallraten zu minimieren und Einsamkeit zu verhindern. Es gibt Selbsthilfegruppen, die seit über 30 Jahren bestehen, und jedes Jahr werden zwischen 10 und 20 neue Gruppen gegründet – Tendenz steigend. Dass die Zahl der Anfragen an die KISS ebenso steigt, zeigt, dass hier ein hoher Bedarf besteht, der mit ebenso hohem Leidensdruck der hier lebenden Menschen einhergeht.

Die Komplexität der Themen, mit denen sich Hilfesuchende an die KISS wenden, hat in den vergangenen Jahren deutlich zugenommen, auch verstärkt durch die Pandemie, deren Auswirkungen erst langsam zutage treten. Insofern sind Selbsthilfegruppen ein Abbild der Gesellschaft.

In 2023 kommt es darauf an, durch die Krisen zu kommen und (sozialen) Frieden zu schaffen bzw. zu erhalten.

Steigende (Energie-) Preise und Tariflöhne für das Personal müssen bezahlt werden, sonst kann die KISS ihren Leistungsstandard nicht mehr erfüllen.

Das wird nur gelingen, wenn die Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen und die öffentliche Hand ausreichen.

Schwerin, den 01. März 2023

Sabine Klemm