

WENN ´S KLICK GEMACHT HAT...

**SELBSTHILFE – KONTAKTSTELLE
JAHRESBERICHT 2025**



Inhalt

I. Einführung.....	3
II. Träger.....	6
III. 2025 im Rückblick (Auszug)	7
IV. Anmerkungen zu 2025	10
V. Statistik	11
1. Kontaktaufnahmen insgesamt	11
2. Geschlechtszugehörigkeit	12
3. Anfragekontakte nach SHG	12
3.1 Anliegen von Interessierten und Professionellen	13
4. Anliegen von SHG.....	13
5. Themenbereiche	14
VI. Gremienarbeit.....	16
VII. Ausblick auf 2026	17
1. Öffentlichkeitsarbeit, für und mit Vertreter*innen der SHG	17
2. Angebote für Selbsthilfegruppen	18
IMPRESSUM	19

I. Einführung

Selbsthilfegruppen dienen im Wesentlichen dem Informations- und Erfahrungsaustausch von Betroffenen und Angehörigen, der praktischen Lebenshilfe sowie der gegenseitigen emotionalen Unterstützung und Motivation.

Darüber hinaus vertreten Selbsthilfegruppen in unterschiedlichem Grade die Belange ihrer Mitglieder nach außen: Dies reicht von Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit über die Unterstützung von Projekten bis hin zur politischen Interessensvertretung. Die Leistungen der Selbsthilfegruppen werden gegenwärtig als wichtige Ergänzung zum professionellen Gesundheitssystem von den Kostenträgern anerkannt.

Die Stadt Wuppertal fördert und unterstützt die Arbeit der Selbsthilfe durch die Selbsthilfe-Kontaktstelle. Diese ist dem Sozialamt zugeordnet. Sie arbeitet eng mit den Vereinigungen und Zusammenschlüssen der Selbsthilfe zusammen und kommt damit auch dem Auftrag des Gesetzes für den öffentlichen Gesundheitsdienst nach, die Arbeit der im Gesundheitsbereich tätigen Selbsthilfegruppen zu fördern und die gesundheitsbezogene Selbsthilfe weiter zu entwickeln.

Neben der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe werden bei der Stadt Wuppertal auch weitere Selbsthilfegruppen aufgeführt, die sich am ehesten als „Selbsthilfe in sozialen Angelegenheiten“ benennen lassen. Diese Selbsthilfegruppen, wie zum Beispiel: Trauergruppen, Selbsthilfe bei (sexueller) häuslicher Gewalt oder Selbsthilfegruppen im Bereich Lebensbewältigung, haben keine Förderberechtigung durch die Krankenkassen nach § 20h SGB V. Durch das städtische Fördermittelbudget können sie jedoch ebenfalls nach Antragstellung finanziell unterstützt werden und erhalten zudem alle angebotenen Serviceleistungen zur Unterstützung der Selbsthilfearbeit.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist Anlaufstelle für Selbsthilfe in Wuppertal. Hier laufen alle Fäden von Interessierten, Selbsthilfe-Aktiven und professionellen Beratungsangeboten zusammen. Aufgabe ist es unter anderem, Menschen zu informieren und zu beraten, sowie Interessierten den Kontakt zu einer von aktuell 164 Selbsthilfegruppen zu 60 Themen zu vermitteln. Im Vorjahr (2024) waren es 149 Selbsthilfegruppen zu 54 Themen. Selbsthilfeinteressierte, die Unterstützung suchen, erhalten im persönlichen Gespräch, telefonisch oder

per Email einen Einblick in die Selbsthilfeangebote vor Ort, sowie Auskunft zu überregional bestehenden Selbsthilfegruppen.

Auf der Internetseite www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen gibt es weitere Informationen zu Gruppen, die sich in der Öffentlichkeit vorstellen und auf sich aufmerksam machen möchten. Hier werden Angaben zu Kontaktpersonen, zum Ort der Treffen und zu Terminen der Gruppentreffen veröffentlicht. Eine Themendarstellung sowie Programmhinweise für das laufende Kalenderjahr und ein weiterführender Link auf die jeweilige Homepage sind dort ebenfalls eingestellt, sofern dies von den Selbsthilfegruppen gewünscht wird.

Die Kontaktdaten der kommunalen Selbsthilfegruppen, die mit der Datenveröffentlichung einverstanden sind, werden auch im NRW - Internetportal des Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverbandes (DPWV) unter www.selbsthilfenetz.de aufgeführt. Die damit verbundene Pflege beziehungsweise Aktualisierung der Datensätze wird durch die Selbsthilfe-Kontaktstelle der Stadt Wuppertal geleistet.

Im Laufe der vergangenen Jahre – insbesondere während der Corona Pandemie – wurden digitale Treffen zunehmend durch Selbsthilfegruppen als Möglichkeit genutzt, um miteinander in Kontakt zu bleiben. Durch dieses Angebot können auch Menschen erreicht werden, die nicht den Weg zu einer regulär vor Ort stattfindenden Selbsthilfegruppe gefunden hätten. Die digitalen Treffen bieten auch eine ernstzunehmende Alternative für Menschen mit seltenen Erkrankungen und Immobilität. Unter [SELBSTHILFEinteraktiv](#) finden Interessierte einen Link, der auf die digitale Kommunikationsplattform der gemeinschaftlichen Selbsthilfe durch die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) verweist. Dort befinden sich Selbsthilfe-Internetforen und virtuelle Gruppen, in denen man sich im Netz informieren, austauschen und mitdiskutieren kann. Zudem gelangt man dort auch auf den [InCogito-Blog](#) – ein Angebot mit Online – Gesprächsgruppen, Chatberatung und Informationen zu verschiedenen Themenbereichen für Jugendliche und junge Erwachsene.

Eine Druckausgabe des „[Selbsthilfe-Wegweiser](#)“ wird kontinuierlich aktualisiert und steht interessierten Personen mit einer Gesamtauflage von 500 Stück in Papierform zur Verfügung.

In der [Infotheke](#) der Selbsthilfe-Kontaktstelle werden detaillierte Informationen über Krankheitsbilder, Behinderungen oder soziale Themen in Form von Faltblättern, Broschüren, Infomappen, Zeitschriften, Fachliteratur

und DVDs übersichtlich gestaltet. Sie werden zum Teil leihweise zur Verfügung gestellt.

Die effektive Kooperation mit niedergelassenem ärztlichem Personal, Therapeuten*innen, Krankenhäusern, weiteren verschiedenen Institutionen sowie den gesetzlichen Krankenkassen ist Bestandteil eines regen Informationsaustausches und dient der stetigen Vernetzung.

Durch die Intensivierung der Vernetzung zwischen Selbsthilfe-Kontaktstellen, Selbsthilfegruppen und Kliniken wird eine bessere Beratung von Patient*innen über das Selbsthilfegruppenangebot ermöglicht. Damit soll Patient*innen nach einem Krankenhausaufenthalt die Möglichkeit gegeben werden, Kontakt zu einer entsprechenden Selbsthilfegruppe aufzunehmen, oder bereits schon im Krankenhaus ein beratendes Gespräch mit einer Kontaktperson von Selbsthilfegruppen führen können.

Bei der Neugründung einer Selbsthilfegruppe bietet die Selbsthilfe-Kontaktstelle umfangreiche Unterstützung an. Sie stellt Informationsmaterial zur Verfügung und begleitet bei Bedarf persönlich in der Anfangsphase (In-Gang-Setzen). Sie hilft bei der Antragstellung von finanziellen Fördermitteln, bei der Suche nach geeigneten Räumlichkeiten, der Veröffentlichung des Gruppenangebotes im Internetportal sowie bei Organisation und Öffentlichkeitsarbeit.

Bestehende Gruppen werden in ihrer Arbeit durch Angebote zur Teilnahme an Veranstaltungen, regelhaftem Austausch untereinander im Arbeitskreis „Erfahrungsaustausch“ und bei den „Gesamttreffen“, Fortbildungen, Übermittlung von aktuellen Informationen per E-Mail, Hilfestellung bei der Durchführung von Veranstaltungen und durch aufsuchende Beratung bei Schwierigkeiten in der Gruppe unterstützt.

Bei Antragstellung können Fördermittel durch die Krankenkassen zur Verfügung gestellt werden, aber auch die Stadt Wuppertal stellt ein Budget im Haushalt bereit. Durch dieses kommunale Fördermittelbudget konnten im Jahr 2025 insgesamt 18 Gruppen ergänzend in ihrer Arbeit finanziell unterstützt werden.

II. Träger

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wurde Anfang August 2006 bei der Stadt Wuppertal im Sozialamt eingerichtet und gehört seit 2010 zur Abteilung Sozialplanung, Beratung und Qualitätssicherung.

Bis zum Ende des Monats Oktober 2025 war die Selbsthilfe-Kontaktstelle im Verwaltungsgebäude Elberfeld (Neumarkt 10, 42103 Wuppertal) in zentraler Innenstadtlage erreichbar. Seit November 2025 hat nun die Selbsthilfe-Kontaktstelle ein barrierefreies Büro in der ehemaligen Bundesbahndirektion, Döppersberg 41, 42103 Wuppertal bezogen.

Das Beratungsbüro ist mit 1,7 Vollzeitkräften besetzt und befindet sich auf der 1. Etage (West – Eingang) im Raum 131. Die offenen Sprechzeiten sind montags und donnerstags von 14:30 Uhr bis 17:30 Uhr, sowie dienstags und mittwochs von 09:00 bis 12:00 Uhr. Freitags werden Gespräche nach vorheriger Terminvereinbarung angeboten. Darüber hinaus finden dezentrale Beratungen im Jobcenter Wuppertal und in der Psychiatrischen Tagesklinik der Stiftung Tannenhof statt. Weitere dezentrale Beratungsangebote befinden sich in Planung.

Kontakt:

Stadt Wuppertal / Sozialamt
201.54 Selbsthilfe - Kontaktstelle
Döppersberg 41
42103 Wuppertal
E-Mail selbsthilfe@stadt.wuppertal.de

Jens Kaldasch

Beratung, Koordination
Telefon 0202 / 563 - 2859
Telefax 563 - 4850
E-Mail jens.kaldasch@stadt.wuppertal.de

Christian Stein

Beratung, Verwaltung
Telefon 0202 / 563 - 8988
Telefax 563 - 4850
E-Mail christian.stein@stadt.wuppertal.de

III. 2025 im Rückblick (Auszug)

(Nachfolgend aufgeführtes Kürzel „SHG“ steht für „Selbsthilfegruppe“)

Veranstaltungen und Sonstiges

- 20.02.** Teilnahme an der NACOA Aktionswoche, u.a. beim Jugendhilfetag
- 13.03.** Gesamttreffen der Wuppertaler Selbsthilfegruppen, Verwaltungsgebäude Elberfeld
- 19.03.** Teilnahme an der Veranstaltung „So geht Ehrenamt“, City Arkaden Elberfeld
- 22.03.** Teilnahme am 1. Wuppertaler Patiententag der Deutschen Krebshilfe mit verschiedenen Selbsthilfegruppen, Historische Stadthalle
- 03.04.** Arbeitskreis Erfahrungsaustausch in der Gruppenarbeit, Verwaltungsgebäude Elberfeld
- 09.05.** Teilnahme Aktionstag: Gemeinsam Barrieren abbauen, Rathausvorplatz Wuppertal Barmen
- 08.07.** Fortbildung für alle SHG: „Stress lass nach“ mit Maren Merschieve, Verwaltungsgebäude Neumarkt
- 13.09.** Teilnahme am Christopher Street Day, Rathausvorplatz Wuppertal Barmen
- 05.09.** Workshop zur Gründung eines Selbsthilfe-Chors mit Gesangscoach Izolda Barudzija – Manojlovic
- 10.10.** Vortrag im Rahmen der Woche der mentalen Gesundheit zum Thema Selbsthilfe bei psychischen Erkrankungen, VHS Wuppertal Elberfeld
- 27.10.** Mitwirkung in Kooperation mit dem Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe bei Veranstaltung „Demenz und Depression“, Färberei Wuppertal
- 13.11.** Gesamttreffen der Wuppertaler Selbsthilfegruppen, Verwaltungsgebäude Elberfeld

15.11. Teilnahme am 60. Jährigen Jubiläum der Anonymen Alkoholiker in Wuppertal, Alemannenstr. 42a, 42105 Wuppertal

22.11. Mitwirkung an der Veranstaltung „Road to Depression“, AOK Wuppertal

27.11. Arbeitskreis Erfahrungsaustausch in der Gruppenarbeit, ehemalige Bundesbahndirektion Wuppertal

Sonstiges

Im Jahr 2025 kam es zu insgesamt **14 SHG-Gründungsberatungen**, davon **9*** mit dem Prozess „In-Gang-Setzen“, zu nachfolgenden Themen:

- SHG Alleinerziehende – Online Gruppe – *
- SHG Brustkrebs (*Abkürzung Gruppenname: BFF*) *
- SHG Arachnophobie (*Angst vor Spinnen*) *
- SHG Frauengruppe zum Thema Narzissmus *
- SHG COPD
- SHG Musiktherapie Gruppe Depression
- SHG Hochsensibilität
- SHG PTBS nach Unfall *
- SHG Polyneuropathie (*Schädigung peripherer Nerven in Hirn & Rückenmark*)
- SHG Chronische Schmerzen (*Abkürzung Gruppenname: CSE*) *
- SHG Insomnie – Schlafstörungen *
- SHG Phobie vor Briefen/Öffnen von Post
- SHG Verlassene Eltern *
- SHG Epithese (*ästhetischer Ausgleich von Körperdefekten; z.B. nach Krebs*) *

Es konnten zudem fünf bereits bestehende Gruppen in das Selbsthilfenetzwerk neu aufgenommen werden:

- SHG Hochbegabung
- SHG Elder Connect (*Schwerpunkt: Einsamkeit im Alter*)
- SHG Endometriose
- SHG Schilddrüsenkrebs
- SHG Baklava & Cay
(*Angebot für homo- und bisexuelle Männer mit Migrationshintergrund*)

Netzwerken mit „Professionellen“: Beirat der Menschen mit Behinderungen, Landesarbeitskreis KOSKON NRW, Helios Klinikum, Sozialpsychiatrisches Zentrum (SPZ) Elberfeld, SPZ Barmen, Diakonie Wuppertal, Jobcenter Wuppertal, Krebsberatungsstelle Wuppertal, Die Krawatte, Tagesklinik der Stiftung Tannenhof, Sozialdienst Katholischer Frauen, AOK, Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung Wuppertal (EFL), Stadtsportbund, Fachgruppe Beratung Wuppertal, Queeres Zentrum inside:out und weitere Einrichtungen.

Kontinuierliche Aktualisierung und Neuauflage der Broschüre „Selbsthilfe-Wegweiser“ mit einer Gesamtauflage von 500 Stück.

IV. Anmerkungen zu 2025

Das Jahr 2025 war erneut von einer hohen Nachfrage nach Selbsthilfe-Angeboten in der Bevölkerung geprägt. Insgesamt ist eine Anzahl von 1.400 Kontaktforderungen bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Wuppertal eingegangen. Neu hinzugekommen ist eine aktive Teilnahme der Selbsthilfe-Kontaktstelle an den SelbsthilfeNews in Kooperation mit den Krankenkassen/-verbänden in NRW seit Januar 2025. Abonnent*innen erhalten dadurch alle zwei Monate einen durch die Selbsthilfe-Kontaktstelle eigenständig verfassten Newsletter mit den aktuellen Entwicklungen, Veranstaltungen und Neuigkeiten aus der Welt der Selbsthilfe in Wuppertal. Damit wird Transparenz, Zugänglichkeit und Wissenstransfer über die regionalen Angebote hinweg gestärkt. Interessierte Personen können sich unter [SelbsthilfeNews - Start](#) anmelden und den Newsletter regelmäßig zusenden lassen.

Besonders hervorzuheben ist die Gründung des Selbsthilfe-Chors im September 2025, der sich an über 40 gruppenübergreifenden Anmeldungen erfreuen konnte. Neben den positiven gesundheitlichen Auswirkungen des Singens fördern solche Aktionen auch die Vernetzung zwischen den Gruppen und den Austausch untereinander. Die gemeinsame Musik baut Barrieren ab und stärkt das Gemeinschaftsgefühl – ein bedeutender Schritt hin zu einem lebendigen, solidarischen Selbsthilfe-Netzwerk.

Um das Thema Selbsthilfe für potentielle Zielgruppen sichtbarer zu machen, fanden Infoveranstaltungen im Jobcenter Wuppertal, der Volkshochschule Wuppertal und der Tagesklinik der Stiftung Tannenhof statt.

Zum Jahresende zog die Selbsthilfe-Kontaktstelle in die neuen Räumlichkeiten der Bundesbahndirektion Wuppertal um. Durch den Standortwechsel soll die Vernetzung zu anderen ansässigen Beratungsstellen verbessert und der Zugang für interessierte Bürger*innen vereinfacht werden.

Auf der Homepage der Selbsthilfe-Kontaktstelle ist ein Zähler eingerichtet, der die Zugriffe auf die SHG-Angebote registriert. Bis Stichtag 31.12.2025 wurden 14.349 Zugriffe verzeichnet (in 2024 waren es 10.826 Zugriffe). Dies entspricht einer Steigerung um 32,5% verglichen mit dem Vorjahr (2024).

V. Statistik

1. Kontaktaufnahmen insgesamt

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle registrierte im Jahr 2025 insgesamt 1.400 Kontaktaufnahmen (im Jahr 2024 waren es 1.618). Das Interesse am Thema Selbsthilfe ist weiterhin sichtbar hoch. Die Kontaktaufnahme von Bürgern*innen und Selbsthilfegruppen erfolgt weiterhin vorwiegend persönlich, ergänzt durch telefonische und schriftliche Anfragen.

	2024	2025	2024	2025	2024	2025
Monat	Persönlich	Persönlich	Tel.	Tel.	Schriftlich	Schriftlich
Januar	83	60	2	40	120	51
Februar	69	98	20	26	33	29
März	165	131	19	12	28	15
April	95	102	34	18	57	32
Mai	140	112	13	25	42	31
Juni	67	44	17	23	42	26
Juli	39	43	29	16	33	25
August	57	30	26	13	40	19
September	54	59	8	28	7	30
Oktober	42	109	28	18	21	18
November	98	47	13	16	31	11
Dezember	37	40	5	3	4	0
SUMME	946	875	214	238	458	287

2. Geschlechtszugehörigkeit

Die nachfolgende Tabelle zeigt auf, dass Frauen im Vergleich zu Männern nach wie vor eher Kontakt zur Selbsthilfe-Kontaktstelle aufnehmen.

Geschlechtszugehörigkeit	2024	2025
Frau	917	813
Mann	627	535
Divers	58	48
Unbekannt	16	4

3. Anfragekontakte nach SHG

Ratsuchende Bürger*innen nehmen Kontakt zu unterschiedlichen Themen der Selbsthilfe auf. Angehörige und Professionelle im Gesundheitswesen fragen für Betroffene, beziehungsweise für sich, nach einer Selbsthilfegruppe.

Anfragekontakte	2024	2025
Betroffene	511	533
Angehörige	158	103
Profis	167	103

3.1 Anliegen von Interessierten und Professionellen

Selbsthilfe-Interessierte und Professionelle wenden sich mit nachfolgenden Anliegen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle.

Anliegen: Selbsthilfe-Interessierten & Profis	2024	2025
Suche nach Selbsthilfegruppen	442	377
Allgemeine Selbsthilfe - Infos	647	464
Austausch von Informationen	662	546
Öffentlichkeitsarbeit	270	73
Gremien/ Kooperationen	113	49
Gruppengründung	145	57
Finanzen	68	9
Suche nach professioneller Unterstützung	81	30

4. Anliegen von SHG

Im Bereich Organisatorische Unterstützung, Starthilfe/Anleitung und Gruppendynamik kam es zu einem Zuwachs. Dies kann unter anderem auf die hohe Belastungen bei bestimmten Krankheitsbildern und deren Belastungsfaktoren zurückgeführt werden.

Anliegen von Selbsthilfegruppen	2024	2025
Austausch aktueller Informationen	467	390
Öffentlichkeitsarbeit	290	293
Vermittlung von Profis	42	74
Finanzen, KK-Förderung	336	243
Gremienarbeit/ Kooperation/ Netzwerk	292	256
Organisatorische Unterstützung	457	549
Fort- und Weiterbildung	38	49
Starthilfe/ Anleitung	178	364
Gruppendynamik	162	297

5. Themenbereiche

Die Auswertung der Themenliste ergibt im Jahr 2025 vier Schwerpunkte von Anfragen an die Selbsthilfe-Kontaktstelle: Psyche, Sucht, Krebserkrankungen und Soziale Themen. In den Bereichen Psyche kam es zu einem deutlichen Zuwachs der Anfragen. Exemplarisch aufgeführt sind alle Themenbereiche ab mindestens fünf Anfragen.

Statistik der Themenbereiche	2024	2025
Psyche gesamt	365	488
anteilig:		
Depressionen und bipolare Störungen	143	156
Autismus	44	28
Burn Out/Stress		5
Schlafstörungen		15
Bipolare Störung	6	9
Psychosen		13
Zwangserkrankungen	40	93
Mobbing	17	8
Gewalt/Missbrauch Opfer	40	5
ADHS	22	14
PTBS/Trauma	24	31
Narzissmus		19
Angst/ Panik/ Phobie	15	40
Psychische Erkrankungen -nicht näher benannt	12	51
Sonstige (jeweils unter fünf Anfragen)	2	1

Sucht gesamt	182	174
anteilig:		
Alkohol	119	135
Sucht - nicht näher benannt	31	8
Drogen	18	19
Sonstiges (jeweils unter fünf Anfragen)	14	12
Soziales gesamt	304	349
anteilig:		
Trennung/Scheidung	115	169
Partnerschaft	38	9
Sexuelle Orientierung	30	63
Alleinerziehend	12	20
Adoption/Pflege	15	
Lebensbewältigung	8	16
Arbeitslosigkeit/Bürgergeld		19
Familie/Eltern/Kind		26
Einsamkeit/Freizeit	6	8
Trauer/Tod	27	
Migration	24	
Männer	5	
Frauen	5	
Sonstiges (jeweils unter fünf Anfragen)	19	19

Krebserkrankungen gesamt	99	136
anteilig:		
Krebs nicht näher bezeichnet	33	12
Mund/ Kiefer/ Speiseröhre	8	8
Brust	35	72
Prostata	7	
Lunge		9
Verdauungsorgane	15	21
Haut		7
Sontiges (unter fünf)	1	15

VI. Gremienarbeit

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist in den nachfolgend aufgeführten Gremien vertreten:

- **Monatlich:** Sitzung des Vereins für psychosoziale Selbsthilfe- und Angehörigengruppen (VPSAG)
- **Alle 2 Monate:** Fachgruppe Beratung in Lebensfragen (Arbeitskreis von Beratungsstellen in Wuppertal)
- **Vierteljährlich:** Sitzung der Interessensgemeinschaft der Selbsthilfegruppen für Menschen mit Behinderung (IGSB)
- **Vierteljährlich:** Landesarbeitstreffen der KOSKON (Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in NRW)

VII. Ausblick auf 2026

Im Jahr 2026 werden nun auch alle Selbsthilfegruppen die sich bisher im Verwaltungsgebäude am Neumarkt getroffen haben, in die neuen Räume in der ehemaligen Bundesbahndirektion umziehen. Ziel ist es, dass zu Beginn des Jahres alle Gruppen dort gut ankommen und sich in der neuen Umgebung dauerhaft wohl fühlen.

Das Thema Vernetzung hat in der Selbsthilfe-Kontaktstelle weiterhin eine hohe Priorität. Neben einer besseren Vernetzung mit den verschiedenen Beratungsstellen, die in der ehemaligen Bundesbahndirektion ebenfalls ansässig sind, wird zudem ab 2026 eine dauerhafte Kooperation mit der VITREA Rehaklinik Bergisch-Land angestrebt. Durch diese Kooperation sollen Synergien geschaffen werden und das Thema Selbsthilfe in der Rehaklinik fest verankert sowie für die Patient*innen sichtbarer werden.

Das Jahr 2026 bietet aufgrund von Jubiläen zudem auch einen besonderen Grund zum Feiern. Der VPSAG Wuppertal – der Verein für Psychosoziale Selbsthilfe und Angehörigengruppen – besteht in 2026 bereits seit 30 Jahren. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Wuppertal wurde vor 20 Jahren gegründet. Beides wird im Jahr 2026 in der zweiten Jahreshälfte mit allen Freund*innen der Selbsthilfe gemeinsam gefeiert.

1. Öffentlichkeitsarbeit, für und mit Vertreter*innen der SHG

- 18.03.26 15:00 Uhr – 20:00 Uhr** „So geht Ehrenamt“ – Mitwirkung bei der Aktionswoche der Servicestelle Ehrenamt: „Zentrum für gute Taten“, City – Arkaden, Elberfeld
- 28.03.26 09:00 Uhr – 15:30 Uhr** Teilnahme mit verschiedenen Selbsthilfegruppen am Onkologischen Patientenkongress des Onkologischen Zentrums Wuppertal, Historische Stadthalle Wuppertal
- 18.04.26 13:00 Uhr – 17:00 Uhr** Teilnahme an einer Veranstaltung von verschiedenen Selbsthilfegruppen mit einer Hörbeeinträchtigung, Bildungsstätte der Helios Kliniken , Barmen

- 08.05.26 11:00 Uhr – 17:00 Uhr** Mitwirkung mit verschiedenen Selbsthilfegruppen bei der Veranstaltung „Gemeinsam Barrieren abbauen“, Rathaus Vorplatz, Barmen
- 17.06.26** Teilnahme an der Aktionswoche Alkohol zusammen mit dem VPSAG, Utopiastadt
- 08.09.26** Jubiläumsfeier der VPSAG & SHK Wuppertal, Färberei Wuppertal
- 16.09.26 11:00 Uhr – 17:00 Uhr** Selbsthilfe-Tag: Gemeinsame Aktion mit Vertreter*innen aller SHG und in Kooperation mit der AOK Wuppertal
- 12.09.26** Beteiligung am Christopher Street Day

2. Angebote für Selbsthilfegruppen

- 05.03.26 17:00 Uhr – 19:00 Uhr** Gesamttreffen aller Selbsthilfegruppen „Willkommen in der BuBaDi“, Kaisersaal, Bundesbahndirektion
- 23.04.26 17:00 Uhr – 18:30 Uhr** Arbeitskreis „Erfahrungsaustausch in der Gruppenarbeit“, Selbsthilfe-Kontaktstelle, Raum 131
- 18.06.26 11:00 Uhr – 17:00 Uhr** Fortbildung für Vertreter*Innen aller Selbsthilfegruppen, „Vom Ich zum Wir“ – Gemeinschaftsentwicklung und Gruppenbewusstsein in Selbsthilfegruppen fördern, Bundesbahndirektion
- 12.11.26 17:00 – 19:00 Uhr** Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen, Bundesbahndirektion
- 26.11.26 17:00 – 18:30 Uhr** Arbeitskreis „Erfahrungsaustausch für Selbsthilfegruppen in der Gruppenarbeit“, Bundesbahndirektion

IMPRESSUM

Herausgeber

Stadt Wuppertal
201.54 Sozialamt
Abteilung Soziale Planung, Beratung und Qualitätssicherung
Selbsthilfe-Kontaktstelle
Döppersberg 41
42103 Wuppertal

Redaktion und Ansprechpartner

Jens Kaldasch & Christian Stein
Raum 131
Tel. 0202 / 563 2859
E-Mail: selbsthilfe@stadt.wuppertal.de
www.wuppertal.de/selbsthilfegruppen