

# **Wir bringen Selbsthilfe voran**

SEKIS JAHRESBERICHT  
2025

## Impressum

### Herausgeber:

Selbsthilfekontaktstellen Baden-Württemberg e. V.  
 Tübinger Straße 15  
 70178 Stuttgart  
 Tel. 0711 45149290  
 Fax 0711 45149288  
 info@sekis-bw.de  
 www.sekis-bw.de

### Telefonische Sprechzeiten:

Montag und Mittwoch 10-12 Uhr  
 Donnerstag 14-16 Uhr

Redaktion: Silke Wohlleben, Benny Ulmer  
 Bildnachweis: Benny Ulmer / SEKIS

**Fotonachweis:** Alle Fotos SEKIS Ba-Wü außer Franziska Morgalla/Privat (Seite 11+31), DAG SHG (Seite 24), Hinweis zu Seite 26: SEVEN-PCS - Modellprojekt adaptive, sektorenübergreifende Gesundheitsversorgung Long-/Post-COVID-Syndrom

Gestaltung: WIESBADEN AM MEER, Stefan Winter

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>I. Verein</b>	<b>6</b>
<i>Themen: Gründung, Ziele, Mitglieder, Mitgliederversammlungen, Vorstand, Vorstandssitzungen</i>	
<b>II. Landeskontaktstelle</b>	<b>10</b>
<i>Themen: Hauptamtlich Mitarbeitende, Kontakte/Zielgruppen, seltene Erkrankungen, Finanzen, Außendarstellung, Service für Kontaktstellen Veranstaltungen</i>	
<b>III. Gremien- und Vernetzungsarbeit</b>	<b>22</b>
<b>IV. Ausblick, Vorschau</b>	<b>28</b>
<i>Themen: Ideen und Vorhaben für das Jahr 2026</i>	
<b>V. In eigener Sache</b>	<b>30</b>
<i>Themen: Strukturanpassung, Umstellung Outlook, Vermietung, Abschiede und Dank, Selbsthilfekontaktstellen in Haupt- und Nebenaufgabe</i>	
<b>VI. Kontaktdaten der Selbsthilfekontakt- und Informationsstellen</b>	<b>34</b>

# Liebe Leserinnen und Leser,

das Jahr 2025 war für Selbsthilfekontaktstellen in Baden-Württemberg erneut ein Jahr des Wandels und des gemeinsamen Gestaltens. In einer Zeit, die von gesellschaftlichen, gesundheitspolitischen und digitalen Entwicklungen geprägt ist, zeigt sich die Stärke unseres Netzwerks deutlicher denn je:

## **Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfegruppen bleiben verlässliche Orte der Begegnung, des Austauschs und der gegenseitigen Unterstützung.**

SEKiS Baden-Württemberg hat im vergangenen Jahr zahlreiche Austauschräume geschaffen und die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe, Fachstellen und Politik weiter vertieft. Mit persönlichen Begegnungen, digitalen Angeboten, praxisorientierten Fortbildungen und der kontinuierlichen Unterstützung von Kontaktstellen konnten wir die Rahmenbedingungen für Selbsthilfe in unserem Land weiter stärken.

Besonders erfreulich war dabei das anhaltend hohe Engagement unserer Mitglieder – ohne deren Unterstützung wäre diese Arbeit nicht möglich gewesen wäre.

Ein besonderer Schwerpunkt lag 2025 im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit. Am 16.09.2025 feierten wir den Tag der Selbsthilfe. In diesem Zusammenhang informierten wir über die Arbeit von Selbsthilfekontaktstellen und zeigten deren Wirksamkeit und Bedeutung im kommunalen Gefüge auf.

Für all unsere Aktivitäten sind verlässliche Förderstrukturen erforderlich. Wir freuen uns, dass diese durch §20 h SGB V und die Teilfinanzierung des Landes-Baden-Württemberg gegeben sind. Jedoch ist uns bewusst, dass die Fördermittel in den kommenden Jahren weniger werden und wir bereits heute schauen müssen, wie wir unserer Angebote künftig aufrechterhalten können.

Mein herzlicher Dank gilt Tamara Auer, Franziska Morgalla und Jan Siegert, den neu und wieder gewählten Vorstandsmitgliedern. Sie fanden sich in kurzer Zeit als Team zusammen, arbeiteten sich zügig in Ihre neuen Aufgaben ein und übernahmen umgehend die strategische Ausrichtung des Vereines.

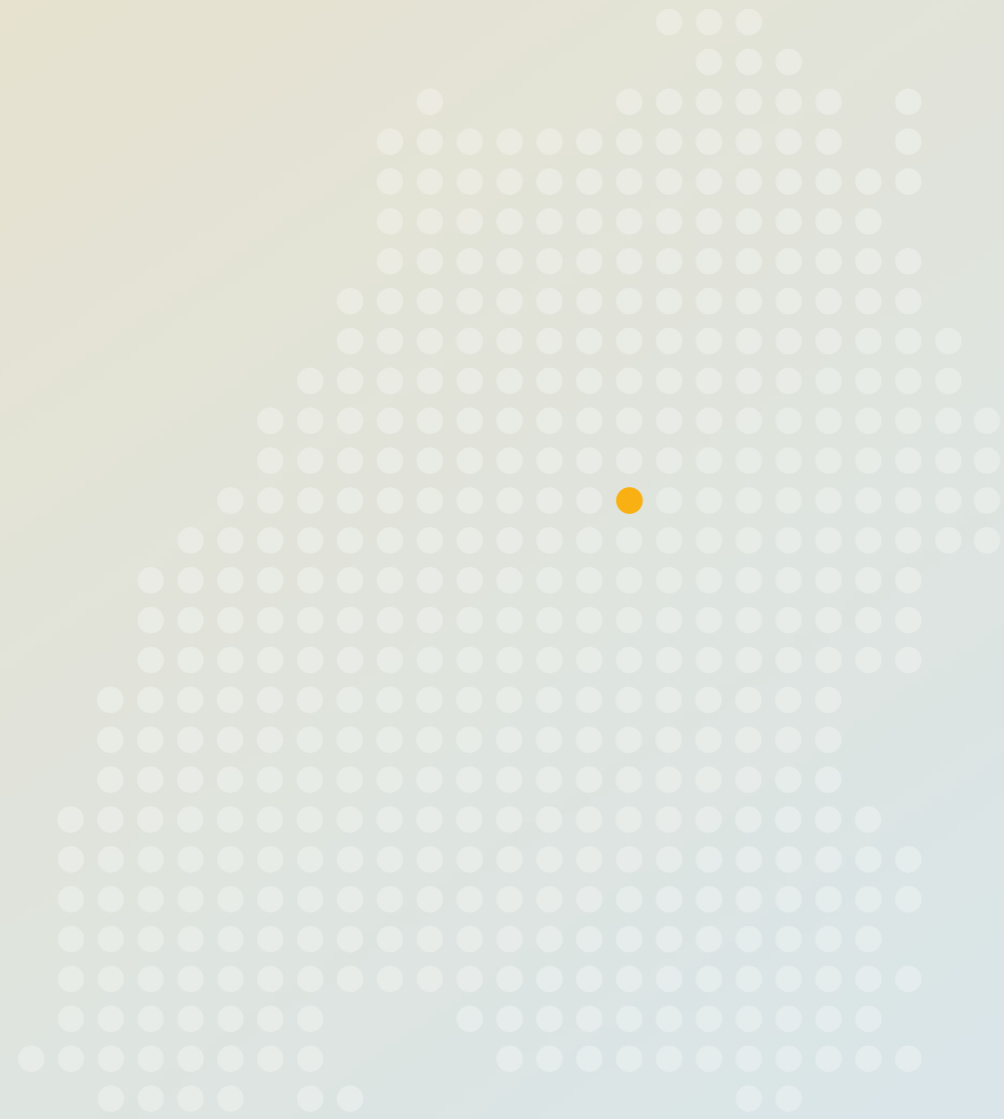
Ebenso danke ich Benny Ulmer und Lidija De Bellis. Durch ihren beherzten Einsatz realisierten wir die in diesem Jahresbericht sichtbar werdenden Angebote.

Im Namen des Vorstandes und des SEKiS-Teams bedanke ich mich herzlich bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in den Kontaktstellen sowie allen kooperierenden und unterstützenden Personen. Ihr aller Engagement und ihre Leidenschaft bringt die Selbsthilfe in Baden-Württemberg stetig voran!



**Silke Wohlleben,**  
Geschäftsführerin SEKiS

# I. Verein



**Gründung** SEKIS wurde 2018 gegründet.

**Ziele** Ziele des Vereins sind die Verbreitung des Selbsthilfgedankens durch gezielte Lobby- und Öffentlichkeitsarbeit, die Vernetzung und Bündelung aller selbsthilferelevanten Kräfte in Baden-Württemberg zum Nutzen der Selbsthilfegruppen vor Ort und der Menschen, die sich engagieren wollen und/oder Hilfe benötigen. Ebenso die Unterstützung, Förderung und Weiterentwicklung der Selbsthilfeangebote in Baden-Württemberg, sowie Sicherung und Weiterentwicklung der Qualität in der Selbsthilfearbeit.

**Mitglieder** Mitglieder können sowohl die Träger der einzelnen Kontaktstellen, als auch Privatpersonen sein, die die Ziele des Vereins unterstützen.

**Anzahl Mitglieder** Im Jahr 2025 unterstützen 29 Mitglieder unseren Verein, davon 22 Selbsthilfekontaktstellen.

## Mitgliederversammlung

Am 15.07.2025 trafen wir uns im Forum 3 in Stuttgart zur jährlich stattfindenden Mitgliederversammlung von SEKIS. 21 Mitglieder nahmen teil. Neben den üblichen Formalia standen Veränderungen im Vorstand im Mittelpunkt.



## Vorstandssitzungen

Der Vorstand traf sich am 05.02., 18.06., 13.08. und 20.11.2025 zu offiziellen Sitzungen, um die Geschicke des Vereins voranzubringen.

## Kassenprüfung

Am 15.04.2025 trafen sich Ilse Schmid und Greta Meschenmoser in der Geschäftsstelle, um die Belege zu sichten.

## Thematische Schwerpunkte der Versammlung

Die Mitgliederversammlung widmete sich darüber hinaus folgenden Themen:

- Rückblick auf das Jahr 2024: Analyse und Bewertung der Aktivitäten und Entwicklungen.
- Fördergeschehen nach § 20h SGB VIII: Austausch zu aktuellen und zukünftigen Fördermöglichkeiten.
- Finanzielle Situation in den Kommunen: Diskussion der Herausforderungen und Perspektiven.
- Landtagswahlen 2026: Austausch über möglichen Handlungsbedarf.
- Ausblick auf die Veranstaltungsplanung für 2026

## Neuwahlen im Vorstand

Im Zuge der Verabschiedungen (siehe S. 32 unter in eigener Sache) fanden Neuwahlen statt. Wir freuen uns, folgende neue Vorstandsmitglieder begrüßen zu dürfen:



v. l. n. r. Franziska Morgalla, Tamara Auer, Jan Siegert

**Jan Siegert**, geschäftsführender Vorstand der KISS Stuttgart  
**Tamara Auer**, Leiterin der Kontaktstelle Bodenseekreis

Zusammen mit Franziska Morgalla bilden sie den neuen Vorstand der SEKIS e. V.

Als neue Kassenprüferin wurde **Kerstin Gieser** vom Gesundheitstreffpunkt Mannheim gewählt. Gemeinsam mit Ilse Schmid von der Selbsthilfekontaktstelle Rems-Murr-Kreis werden die beiden Kolleginnen die Finanzen der SEKIS überprüfen.



v.l.n.r. Ilse Schmid, Kerstin Gieser, Silke Wohlleben

Allen gewählten Personen sprechen wir unseren herzlichen Dank für ihre Bereitschaft aus, Verantwortung zu übernehmen.

## II. Landeskontaktstelle

### Hauptamtliche Mitarbeitende

**Silke Wohlleben M.A.**

Organisationsentwicklung, Leitung und Beratung; Dipl. Soz. Päd. (FH), langjährige Erfahrung in der verbandlichen Selbsthilfegruppenarbeit (AMSEL e. V.) und regionalen Verbandsarbeit (Der Paritätische), freiberufl. Beratungs- und Referententätigkeit. Seit 01.12.20 Geschäftsführerin.

**Benny Ulmer Dipl. Des. (FH).**

Seit 01.01.2021 Pädagogische Fachkraft mit Schwerpunkt Kontaktstellenunterstützung und Öffentlichkeitsarbeit; langjährige Erfahrung im sozialen und kulturellen Bereich, sowie als freiberuflicher Fotograf.

**Lidija De Bellis B. A. Business Administration**

Seit 01.03.2024 Verwaltungskraft und Verwaltungsmitarbeiterin, langjährige Erfahrung im Klinikbereich und in der Vereinsarbeit.

**Externe Buchhaltung**

SEKiS arbeitet mit der freiberuflichen Buchhalterin Anna Otto zusammen.

### Kontakte/Zielgruppen

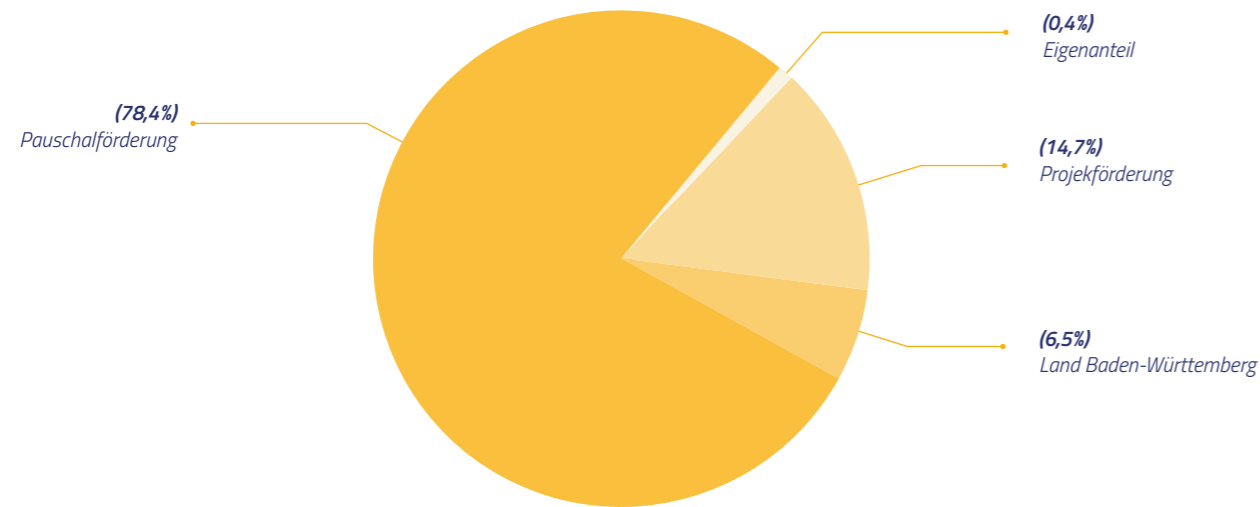
Unserem Vereinsziel entsprechend wurden wir hauptsächlich von Selbsthilfekontaktstellen angefragt und von Selbsthilfeorganisationen kontaktiert. Wir standen in Verbindung mit Behörden, Arbeitskreisen, Gremien und Krankenkassen.

### Seltene Erkrankungen

Im Bereich der seltenen Erkrankungen agieren wir als Multiplikatoren, vermitteln an die Zentren für Seltene Erkrankungen, informieren über NAMSE, das Nationale Aktionsbündnis für Menschen mit Seltene Erkrankungen (NAMSE), Achse (Allianz Chronischer Seltener Erkrankungen) und das Orphanet. Zudem unterstützen wir Betroffene mit landesweiten Gruppengesuchen.

## Finanzen

SEKiS Ba-Wü Finanzen 2025		
Pauschalförderung	Gemeinschaftsförderung gesetzl Krankenkassen	199.900,- €
Teilfinanzierung Land	Land Baden-Württemberg	16.500,- €
Projektfördermittel	Projektförderung durch gesetzl Krankenkassenkompetent II, SEKiS-Fachtage, MHFA	37387,31 €
Eigenanteil		1.049,80 €



## Außendarstellung Corporate Design

Im Jahr 2025 entwickelten wir ein Corporate Design und die „SEKiS Brand Guideline“. Die dabei erstellte Netzplanoptik zeigt unsere Kompetenzen auf, Menschen in schwierigen Zeiten verschiedene Routen aufzuzeigen und sie dabei zu unterstützen, den für Sie richtigen Weg zu finden.



[www.sekis-bw.de](http://www.sekis-bw.de)

Wir sind stetig dabei, Inhalte und das Design auf unserer Website weiterzuentwickeln. So berichteten wir regelmäßig über Aktivitäten, führten Aktionsseiten ein und gestalteten die Header unserer Unterseiten neu.



## Unser Service für Kontaktstellen

### Themen/Schwerpunkte/Inhalte

- SEKIS berät Kontaktstellenmitarbeitende.
- Ausbau und Pflege der Inhalte [www.sekis-bw.de](http://www.sekis-bw.de).
- SEKIS bietet Kurse zur GKV-Antragstellung.
- SEKIS informiert regelmäßig über die Anpassungen des Leitfadens für die Selbsthilfeförderung.
- SEKIS bietet diverse Fortbildungsveranstaltungen an.
- SEKIS pflegt die Adressdatei der LAG KISS und aktualisierte regelmäßig den dazugehörigen Flyer.
- SEKIS koordiniert landesweite Gruppengesuche.
- SEKIS führt neue Mitarbeitende in die LAG ein.
- SEKIS bietet Digitale Sprechstunden.
- SEKIS initiiert Regionalcafés.
- SEKIS gibt Tipps und Anregungen bei der Referentensuche.
- SEKIS erstellt eine Argumentationshilfe: Selbsthilfekontaktstellen sind wertvolle Einrichtungen im kommunalen Gefüge!

## Veranstaltungen

### Digitale Sprechstunden

Im digitalen Format bieten wir den Kolleginnen und Kollegen der Selbsthilfekontaktstellen in Baden-Württemberg eine Plattform für externen und internen Austausch. Die Themen ergeben sich aus dem Alltag der Kontaktstelle und der Selbsthilfearbeit.

- 04.02.2025** Die Pauschalförderung auf der Kontaktstellenebene Einführung mit Silke Wohlleben
- 11.02.2025** Die Pauschalförderung auf der Kontaktstellenebene mit Martina Schickerling und Elena Humpf, beide vom vdek
- 25.02.2025** Die Pauschalförderung auf der Gruppenebene mit Anna Lytkin, KISS Stuttgart
- 09.04.2025** „Neu in der LAG“ mit Silke Wohlleben
- 24.06.2025** Die Grundlagen des Kommunalrechts mit Prof. Fleckenstein
- 08.10.2020** Freiwilligkeitsleistungen mit Silke Wohlleben
- 05.11.2025** Digitale Sprechstunde zur Quartiersentwicklung mit Dr. Keller, KVJS Quartiersakademie und Dr. Müller, SM BW Quartiersentwicklung
- 27.11.2025** „Neu in der LAG“ mit Silke Wohlleben



### Regionalcafés

SEKiS legt großen Wert auf regelmäßige Kontakte mit den Mitarbeitenden in den Kontaktstellen. Mit den digitalen Treffen erhalten wir einen sehr guten Einblick ins aktuelle Geschehen in den Regionen. In den Kleingruppen findet reger Austausch und kollegiale Beratung statt. SEKiS bietet einen kurzen und direkten Draht in die Geschäftsstelle.

- Mo. 05.05.2025** Südost
- Di. 06.05.2025** Mittlerer Westen
- Di. 13.05.2025** Mittlerer Süden
- Mi. 14.05.2025** Nordwest
- Do. 15.05.2025** Süd/Südwest

## Staffelübergabe beim Verband der Ersatzkassen in Baden-Württemberg

**SEKiS Baden-Württemberg verabschiedet Martina Schickerling und begrüßt Elena Humpf**

Im Rahmen des Sprechtages bezüglich der Pauschalförderung 2025 verabschiedeten die Mitglieder von SEKiS Baden-Württemberg am 19.02.2025 Frau Martina Schickerling in der Jugendherberge in Stuttgart. Sie würdigten ihr langjähriges Engagement bei der Entwicklung der Förderstrukturen nach § 20h SGB V.

Martina Schickerling, langjährige Vertreterin des Verbands der Ersatzkassen e.V. (vdek), trug maßgeblich zur Gestaltung und Weiterentwicklung der Selbsthilfeförderung in Baden-Württemberg bei. Ihr Einsatz für die Belange der Selbsthilfe und ihre fundierte Beratung sowie die Bearbei-



tung von Förderanträgen haben die Landschaft der Selbsthilfe im Südwesten nachhaltig geprägt.

Sie verließ den Verband der Ersatzkassen Ende Februar. Vorstandsmitglied Johannes Fuchs und die

Vereinsmitglieder dankten Frau Schickerling für ihr wohlwollendes Engagement und für die vertrauensvolle Zusammenarbeit. Besonders hervorgehoben wurde ihr – der Selbsthilfe zugewandtes – Förderverständnis, ihre Klarheit und ihre Herzlichkeit.

Gleichzeitig begrüßte SEKiS Baden-Württemberg die Nachfolgerin Frau Elena Humpf, die 01.02.2025 ihren Dienst antrat. Die gebürtige Baden-Württembergerin kehrt nach verschiedenen Stationen in Sachsen in ihre Heimat zurück. Zum Studium „Gesundheitswissenschaften/Public Health“ zog es sie zunächst nach Dresden. Anschließend sammelte sie beim vdek in Sachsen wertvolle Erfahrungen im Bereich der Selbsthilfeförderung, respektive bei der Beratung der Landesverbände von Selbsthilfeorganisationen.



### Fachtag „Psychotherapie trifft Selbsthilfe“ am 24. Mai 2025 in Karlsruhe

Am 24. Mai 2025 fand in Karlsruhe die Fachtagung „Psychotherapie trifft Selbsthilfe“ statt – ein gemeinsames Projekt von der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg (KVBW und KOSA), der Landespsychotherapeutenkammer, Bezirksärztekammer Nordbaden, SEKIS Baden-Württemberg und der LAG Selbsthilfe.

Ziel der Veranstaltung war es, die Zusammenarbeit zwischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten und Selbsthilfekontaktstellen bzw. -gruppen zu stärken und neue Impulse für die Versorgung psychisch erkrankter Menschen zu setzen. Im Rahmen der Veranstaltung präsentierten sich auch Kollegen und Kolleginnen aus den Selbsthilfekontaktstellen Karlsruhe, Mannheim und Heidelberg.

Die Mitarbeitenden der Kontaktstellen informierten die Teilnehmenden über ihre Arbeit, die Vielfalt der Selbsthilfegruppen in ihrer Region und die Unterstützungsmöglichkeiten für Ratsuchende. Die Kolleginnen und Kollegen zeigten anschaulich, wie sie zur Vernetzung beitragen, Gruppen beraten und die Interessen der Selbsthilfe stärken. Sie waren ein Bestandteil des „Gallery Walks“, bei dem sich die Teilnehmenden an Infopoints auch mit Vertreter\*innen der Selbsthilfegruppen und Therapeutinnen und Therapeuten austauschen konnten. Die Veranstaltung bot zahlreiche Gelegenheiten zum Dialog und zur Vernetzung.

### Fortbildung für Fachkräfte von Selbsthilfekontaktstellen

vom 20.-21.05.2025 in Pforzheim Hohenwart: Interventionen und Methoden in unterschiedlichen Phasen der Gruppenarbeit.

Die Begleitung von Selbsthilfegruppen in unterschiedlichen Phasen der Gruppenarbeit ist eine Kernaufgabe für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Selbsthilfeunterstützung.



Dabei ist der Balanceakt zwischen Ermutigung zur Selbstorganisation und der Unterstützung der Gruppe immer wieder eine Herausforderung und erfordert viel Gespür für die handelnden Akteure.

Es wurden Handlungsmöglichkeiten für verschiedene Gruppensituationen erprobt. Ebenso ging es darum, die Beratungskompetenz zu erweitern und zu verbessern.

### Ersthelfer-Kurs für psychische Erkrankungen MHFA (=Mental Health First Aid) vom 23.05. bis 23.06.2025

In den Selbsthilfekontaktstellen in Baden-Württemberg nehmen Anfragen zum Thema psychische Gesundheit zu und die Themen Depression, Angst, Panik u. ä. gehören zum normalen Arbeitsalltag. Deshalb boten wir von Juni bis Juli 2025 die Möglichkeit, sich in diesem Themenfeld fortzubilden.

MHFA Ersthelfer ist die deutsche Version des australischen Mental Health First Aid Programms. Seit 2020 arbeitet es unter Trägerschaft des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit in Mannheim in Partnerschaft mit der Beisheim Stiftung daran, ein deutschlandweites Netzwerk aufzubauen. [www.mhfa-ersthelfer.de](http://www.mhfa-ersthelfer.de)

Inhalte sind u. a. die Wissensvermittlung zu Anzeichen, Symptomen und Risikofaktoren psychischer Störungen mit Fokus auf Depression, Suizidalität, Angststörungen, Psychosen sowie Substanzmissbrauch und -abhängigkeit.

Der MHFA Ersthelfer-Kurs wurde im Blended-Learning-Format, ein virtuelles Format mit E-Learning und von der Kursleitung geführte Online-Kursteile angeboten. Es nahmen 14 Personen teil.



### Tag der Selbsthilfe am 16.09.2025

Am 16. September 2025 wurde der erste, bundesweite Tag der Selbsthilfe gefeiert.

Wir nutzten diesen Anlass, um eine eigens dafür erstellte Aktionsseite auf unserer Homepage zu veröffentlichen und verbanden diese mit einer Mail- und Pressekampagne, bei der auch viele Kontaktstellen und Partnerorganisationen mitwirkten. Ziel war und ist es, die Bedeutung von Selbsthilfegruppen stärker in Politik, Fachöffentlichkeit und Gesellschaft sichtbar zu machen. Durch die Aktion erhöhten wir unsere Klickzahlen auf der Homepage um ein Vielfaches.



### LAG KISS Sitzungen

Das Arbeitsorgan der Landesarbeitsgemeinschaft KISS tagte am 12.04. in Präsenz und am 12.11.2025 als Onlinekonferenz. Silke Wohlleben moderierte die Veranstaltungen, informierte über die Aktivitäten der Geschäftsstelle, die Teilnehmenden berichteten über ihre Erfahrungen und diskutierten aktuelle Fragestellungen.

## medizin

Fachmesse für die ärztliche Praxis



### Kickoff zur Messe Medizin 2026 am 06.10.2025

Anfang Oktober begannen wir offiziell mit den Vorbereitungen für die Teilnahme an der renommierten Fachmesse medizin 2026. Ziel ist es, die Bedeutung der Selbsthilfe und die Arbeit der Selbsthilfekontaktstellen im Land einem breiten Fachpublikum zu präsentieren und neue Impulse für die Vernetzung im Gesundheitswesen zu setzen. Unsere zentrale Botschaft: „Wir bringen Selbsthilfe voran!“

13 Kontaktstellen unterstützen uns beim Messeauftritt. Ebenso Ines Krahn vom Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung (SPiG).

In einer weiteren **Vorbereitungssitzung am 01.12.2025** besprachen die Beteiligten die Dienstpläne, einigten sich auf die Give-Aways und die Vortragsthemen.

Benny Ulmer sorgte als Projektbeauftragter für die organisatorische, gestalterische und konzeptionelle Umsetzung.

### SEKiS Fachtage 2025 „Die richtigen Dinge tun!“

vom 15. bis 16.10.2025 im Hohenwartforum in Pforzheim

Häufig werden Mitarbeitende in Kontaktstellen als „Zehnkämpferinnen und Zehnkämpfer“ bezeichnet, da ihr Aufgabenspektrum vielfältig und breit gefächert ist. Dazu gehören z. B. Information, Beratung und Vermittlung von Selbsthilfeinteressierten, Unterstützung bei der Gründung und Begleitung von Selbsthilfegruppen, Organisation von Räumen und Veranstaltungen, Öffentlichkeitsarbeit, Kooperation mit Fachleuten und anderen Einrichtungen, Vernetzungsarbeit, Fördermittelakquise, Verwaltung, Dokumentation und sehr vieles mehr.

Die Kunst dabei ist, den hohen Anforderungen gerecht zu werden und aus der Vielzahl der zu erledigenden „to do’s“, die wesentlichen zu identifizieren, entsprechend und im Rahmen der vorgegebenen Arbeitszeit zu agieren und dabei gesund zu bleiben.

Zeitnot und Arbeitsüberlastung sind tägliche Begleiter. Die Prioritätensetzung wird als schwierig wahrgenommen, kurzfristige Termine und die Aufgabendichte wird als belastend empfunden. Unsere Referentin zeigte auf, dass man produktives Arbeiten lernen kann.

Am zweiten Tag warfen wir einen Blick darauf, wie wir die richtigen Dinge dokumentieren und was das für die Kontaktstellenarbeit konkret heißt? Wir boten Austausch über die Erfahrungen mit Datenbanken, Wegweisern, statistische Auswertungen und die Erstellung von Jahresberichten.

Für die Mitarbeitenden von Selbsthilfekontaktstellen in kommunaler und freier Trägerschaft, sowie beim Paritätischen, gab es Zeit für Austausch und Diskussion zum Thema „Kürzungen in kommunalen Haushalten“. Wir überlegten Strategien, was getan werden kann, um sich besser zu schützen. Wir planten nächste Schritte und entwickelten zu ergreifende Maßnahmen.



## Projekt: „collab(oration)“ 2024 - 2026



Ziel des Projekts ist eine zeitgemäße digitale Kommunikationsplattform „MS-Teams“ zu implementieren und für die Arbeit der LAG KISS sinnvoll zu nutzen. Wir arbeiten mit vier verschiedenen Trägerstrukturen zusammen, deren Sicherheitseinstellungen z. T. sehr hoch sind. SEKIS engagierte sich, Türen zu öffnen. Wir baton erfolgreich um die konkrete Anwendung digitaler Tools in der öffentlichen Verwaltung und bei der AOK.

**Inhouse-Schulung zu „MS-Teams“ am 30.01.2025** mit Barbara Zeidler von Stifter Helfen

### Digitalassistentz

In Zusammenarbeit mit unserem Digitalassistenten Jan Wörheide ist es uns gelungen, die Mitarbeitenden digital abzuholen.

### Learnings am 20.03.2025, 27.03.2025 und 10.04.2025

Hier erprobten die Kollegen und Kolleginnen, ob die Aufschaltung und die Zusammenarbeit in MS Teams funktioniert. Gemeinsam unternahmen wir erste Schritte.

### Zwischenevaluation im Oktober

Mittels Fragebogen prüften wir, welche Fortschritte zu erkennen sind und ob weitere Unterstützungsbedarfe erforderlich sind.

### Generalprobe am 03.11.2025.

Diese zeigte auf, dass alle Mitarbeitenden mit dem System arbeiten können. Somit organisierten wir die LAG-Sitzung am 12.11.2025 erstmals via MS-Teams und begannen offiziell mit der digitalen Collaboration. In den nächsten Schritten geht es darum, die neuen Möglichkeiten besser kennenzulernen, Arbeitsroutinen zu entwickeln und Anwendungswissen zu vertiefen.

Lidija De Bellis als Projektmitarbeiterin sorgte für die verwaltungs-internen Abläufe, die technische Umsetzung und unterstützte Teilnehmenden bei Anwendungsproblemen.



## V. Gremien- und Vernetzungsarbeit auf Landes- und Bundesebene

22.01.2025

### **Mitgliederversammlung der ARBES**

ARBES ist ein Zusammenschluss von etwa 130 bürgerschaftlich engagierten Initiativen und Vereinen. Benny Ulmer nahm bei der Mitgliederversammlung in Stuttgart teil.

03.04.2025

### **Austausch Selbsthilfevertretung Ba-Wü**

SEKiS lud die Vertreterinnen und Vertreter der LAG-Selbsthilfe, vom badischen Blinden- und Sehbehindertenverein, AG SHG für Suchtselbsthilfe, Rheuma-Liga und die Fachgruppe Selbsthilfe im Paritätischen zum Austausch ein.

02.05.2025

### **SWR-Interview über die Selbsthilfe-App „Belinu“**

Silke Wohlleben, sprach in einem Interview mit Stefan Pfäfflin vom SWR über die Selbsthilfe-App „Belinu“. Die App, die Menschen nach Schicksalsschlägen unterstützen soll, wird von SEKiS sowohl als Chance als auch kritisch betrachtet.

07.05.2025

### **Reichenauer Tage zur Bürgergesellschaft: Gemeinsam neue Wege gestalten**

„Daseinsvorsorge neu denken. MITEINANDER. FÜREINANDER. SORGEN.“ Silke Wohlleben wirkte beim Austausch über der Weiterentwicklung der sozialen Daseinsvorsorge in Allensbach mit.

20.05.2025

### **Vergabeausschuss der gesetzlichen Krankenkassen in Baden-Württemberg**

Bärbel Handlos und Silke Wohlleben nahmen als Vertreterinnen der Kontaktstellen an der Sitzung teil.

17.05.2025

### **Bündnis 52-Verbändekooperation Baden-Württemberg: „Prävention im Fokus – wie können wir Gesundheitskompetenz stärken?“**

Silke Wohlleben nahm an der Veranstaltung im Geno-Haus in Stuttgart teil.



02. bis 04.06.2025

#### **45. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) in Aachen**

Die diesjährige Jahrestagung widmete sich der Vielfalt der Selbsthilfe in all ihren Facetten. Im Mittelpunkt standen Theorie und Praxis gelebter Diversität sowie erfolgreiche Kooperationen und der kollegiale Austausch. Silke Wohlleben nahm daran aktiv teil.

03.06.2025

#### **Mitgliederversammlung DAG-SHG in Aachen**

SEKiS brachte das Thema der angespannten finanziellen Situation im Bereich der Kommunen in Baden-Württemberg ein und bat darum, das Thema bundesweit mitzudenken.

05.07.2025

#### **VdK-Gesundheitstag in Stuttgart**

zu den Themen Rente, Pflege, Gesundheit und Einsamkeit. Silke Wohlleben nahm an der Veranstaltung teil.

21.07.2025

#### **„THE LÄND – Gesundheitskompetenz als Gamechanger? Baden-Württemberg und die Zukunft der Prävention“**

Silke Wohlleben nahm an der Veranstaltung in der Robert-Bosch-Stiftung in Stuttgart teil.

23.07.2025

#### **Sitzung Landesausschuss für Gesundheitsförderung und Prävention in Stuttgart**

Silke Wohlleben nahm an der Veranstaltung teil.



v.l.n.r. Minister Manne Lucha, Silke Wohlleben

19.11.2025

#### **12. Landesgesundheitskonferenz im SpOrt in Stuttgart-Bad Cannstatt**

Wir wirkten aktiv bei der Landesgesundheitskonferenz mit. Als landesweite Anlaufstelle für die Selbsthilfekontaktstellen präsentierte sich SEKiS mit einem Infostand im öffentlichen Teil der Tagung und war zusätzlich im nicht-öffentlichen Teil mit einem Vortrag auf der Tagesordnung vertreten.



Im Rahmen des „Markt der Möglichkeiten“ informierte die SEKiS über die Bedeutung und die aktuellen Entwicklungen der Selbsthilfe in Baden-Württemberg. Die Besucherinnen und Besucher konnten sich am Infostand umfassend über Unterstützungsangebote und die landesweite Vernetzung der Selbsthilfe informieren.

#### **Vortrag**

Passend zum diesjährigen Schwerpunktthema „Gesundheit vernetzt stärken – präventiv handeln!“ erläuterte Silke Wohlleben, welchen Beitrag Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfegruppen dazu leisten.

#### **Informationen und Imagefilm**

Während der Konferenz wurde der Imagefilm der SEKiS gezeigt, der anschaulich darstellt, welche Aufgaben Selbsthilfekontaktstellen übernehmen und wie diese die Selbsthilfegruppen unterstützen.

#### **Bedeutung der Selbsthilfe**

Die SEKiS Baden-Württemberg zeigte eindrucksvoll auf, dass die Erfolge der Selbsthilfe in Baden-Württemberg nicht nur das individuelle Wohlbefinden stärken, sondern einen gesamtgesellschaftlichen Wert haben. Diese Errungenschaften gilt es weiterhin zu verteidigen und zu fördern – SEKiS bleibt dabei als starke Partnerin der Selbsthilfe aktiv an der Seite der Bürgerinnen und Bürger im Land.

18.-19.09.2025

#### **Bundesweite Fachtagung der Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfekontaktstellen und der landesweiten Selbsthilfekontaktstellen in Hannover**

Auf der diesjährigen bundesweiten Fachtagung „Länderrat“ kamen Selbsthilfeunterstützende aus ganz Deutschland zusammen, um sich über aktuelle Entwicklungen und neue Formate und Facetten in der Selbsthilfe auszutauschen. Silke Wohlleben war vor Ort.



28.11.25

### **Austauschtreffen der Selbsthilfevertretungen der regionalen Vergabeausschüsse**

Die Selbsthilfevertretung Baden-Württemberg bestehend aus dem Badischen Blinden- und Sehbehindertenverein, der AG SHG für Suchtselbsthilfe, die Rheuma-Liga, die LAG Selbsthilfe, die Fachgruppe Selbsthilfe im Paritätischen und die SEKIS lud die mitwirkenden Personen seitens der Selbsthilfeaktiven in den regionalen Vergabeausschüssen nach § 20 h SGB V zum Austausch ein. Die Veranstaltung fand per Videokonferenz statt und die Teilnehmenden befassten sich mit der praktischen Umsetzung des Vergabeverfahrens.

Die Teilnehmenden stellten fest, dass sie gut an den die Verfahren beteiligt werden, die Veranstaltungen gut organisiert sind, die zeitlichen Abläufe passend sind. Das Förderschema wurde als wenig transparent wahrgenommen.

### **Kompetenznetz Long-COVID Rhein-Neckar**

Silke Wohlleben bringt bisher die Belange der Selbsthilfe in den landesweiten Projekten Seven PCS und Confidence ein. In gleicher Form wirkt SEKIS an zwei weiteren Forschungsprojekten mit,

„EMPATI - Enhanced Medical-decision-making in Primary-care utilizing Artificial Intelligence Transcribed Information“.

und

POSH - Instrument zur Unterstützung von Diagnose, Schweregrad-erhebung, Steuerung und Verlaufsmessung bei postakuten Infektionssyndromen in Hausarztpraxen

SEKIS sorgt dafür, die Perspektive von Patientinnen und Patienten in die Entwicklung und Durchführung dieser Forschungsprojekte mit einzubeziehen. Betroffene verfügen über die sogenannte „Betroffenenkompetenz“. Sie ist unerlässlich, sowohl für medizinische Fachpersonen als auch für die Betroffenen untereinander.



## IV. Ausblick & Vorschau

### Ideen und Vorhaben für das Jahr 2026

- Januar** Teilnahme Messe medizin in Stuttgart
- Februar** Digitale Sprechstunden zum GKV-Pauschalantrag, GKV-Projektantrag, GKV-Anträge auf Ortsebene und Nachwahl der Vertretung im GKV-Vergabeausschuss
- März** Mitwirkung an der Weiterdenkertagung26 an der Hochschule Ravensburg-Weingarten
- April** LAG-Sitzung in Präsenz
- Mai** Regionalcafés
- Juni** Jahrestagung Hamburg
- Juli** Mitgliederversammlung SEKIS e. V., Neuwahlen des Vorstands
- August** Sommerpause
- September** Tag der Selbsthilfe am 16.09.2026
- Oktober** LAG-Sitzung als Onlineformat
- November** SEKIS Fachtage 2026
- Dezember** Jahresabschluss

Geplant sind weitere Digitale Sprechstunden zu den Themen Seltene Erkrankungen, Selbsthilfekontaktstellen in der öffentlichen Verwaltung und zu vielen weiteren aktuellen Anliegen.

## V. In eigener Sache

### Strukturanpassung

Die Angebotspalette der Landeskontaktstelle SEKIS ist seit der Vereinsgründung kontinuierlich gewachsen. Einige Aufgaben der LAG wurden an SEKIS delegiert. Die in Teilen parallelen Formate und die zuweilen schwer vermittelbaren Strukturen von SEKIS und LAG nach Außen erforderten eine Befassung mit den bestehenden Strukturen.

Im Rahmen der Mitgliederversammlung wurde eine Arbeitsgruppe gegründet, die sich in drei Sitzungen (20.10., 10.11., 15.12.) mit einer Strukturanpassung befasste. Sie trug alle Argumente zusammen, warum zwei Organe (LAG und SEKIS e. V.) erforderlich sind. Es geht darum, das Binnenverhältnis neu zu definieren. Der Prozess wird bis ins Jahr 2026 andauern.

### Umstellung auf Outlook-Kalender und Outlook-Einladungen

Wir stellten unser interne Verwaltungsabläufe auf entsprechende Outlook-Produkte um, da wir über unseren Account für eine Non-Profit-Organisation mit den entsprechenden Möglichkeiten ausgestattet sind. Wir stießen mit den bisher verwendeten Tools an unsere Grenzen.

### Vermietung

Der Verein ist Hauptmieter einer Bürogemeinschaft. Seit der Coronapandemie ist es schwer geworden, die Räume zu vermieten. Der Leerstand in Bürogebäuden in Stuttgart Stadtmitte hat stark zugenommen. Eine der Ursachen ist die Zunahme von Homeoffice. Viele Beschäftigte arbeiten regelmäßig von zu Hause aus. Diese Entwicklungen stellte uns erneut vor große Herausforderungen bei der Nachmietersuche. Sie kostete viel Zeit und Geduld.



## Abschied und Dank Verabschiedung verdienter Vorstandsmitglieder

Mit großem Dank und herzlicher Anerkennung verabschiedeten wir **Barbara Herzog** und **Johannes Fuchs** aus dem Vorstand. Beide traten ihren wohlverdienten Ruhestand an. Ihr langjähriges Engagement, ihre Expertise und ihr unermüdlicher Einsatz haben die Arbeit von SEKIS maßgeblich geprägt.



v.l.n.r. Johannes Fuchs, Barbara Herzog

Ebenso wurde die Kassenprüferin **Greta Meschenmoser** verabschiedet, die Böblingen aus beruflichen Gründen verließ.

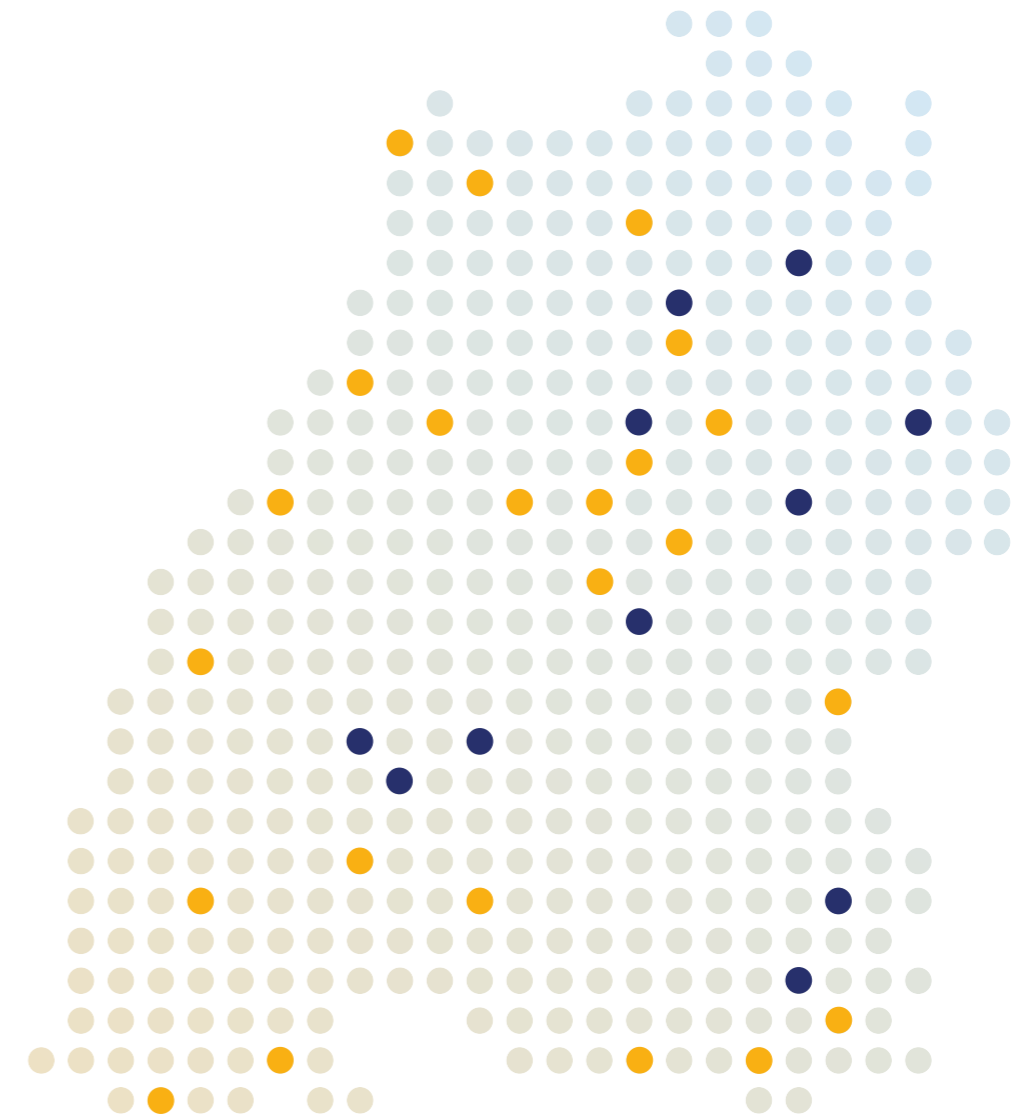
Zudem dankten wir für die geleistete Arbeit, die vielen Impulse und die stets verlässliche Unterstützung.

### Wirtschaftsprüfer Andreas Bähr

Leider ist unser Wirtschaftsprüfer Andreas Bähr am 21.03.2025 nach schwerer Krankheit verstorben. Es war immer zu spüren, dass Herr Bähr mit „Herzblut“ bei der Sache war. Wir schätzten seine Expertise und waren dankbar für sein betriebswirtschaftliches Coaching. Wir mochten ihn als Mensch, er war ehrlich, unkompliziert und integer. Sein Verlust trifft uns sehr. Wir sind dankbar für die gemeinsame erlebte Zeit.

## Selbsthilfekontaktstellen in Haupt- und Nebenaufgabe:

Selbsthilfekontaktstellen sind eigenständige lokale Facheinrichtungen, die fach-, themen- und verbandsübergreifend zu allen Themen der Gruppenselbsthilfe arbeiten. Das vielfältige Angebot von Selbsthilfekontaktstellen ist kostenfrei und richtet sich an alle Interessierten zum Thema Selbsthilfe, sowie an bestehende Selbsthilfegruppen. In Baden-Württemberg gibt es derzeit 23 Selbsthilfekontaktstellen in Hauptaufgabe und 12 Selbsthilfekontaktstellen, die diese Arbeit in Nebenaufgabe neben anderen Tätigkeiten wahrnehmen.



- Selbsthilfekontaktstellen in Hauptaufgabe
- Selbsthilfekontaktstellen in Nebenaufgabe

## VI. Kontaktdaten der Selbsthilfekontakt- und Informationsstellen

(Stand 03/2026)

- Aalen** **Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfegruppen/KIGS**  
 AOK Ostwürttemberg  
 Wiener Straße 8  
 73430 Aalen  
 Tel. 0711 6525 12208  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite  
 Außensprechstunden in Heidenheim und Schwäbisch Gmünd
- Balingen** **Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppen/KIGS**  
 AOK Die Gesundheitskasse Neckar-Alb  
 Hindenburgstr. 25  
 72336 Balingen  
 Tel. 0711 6525 24420 oder -16721  
 Mail schreiben
- Biberach** **Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfegruppen/KIGS für den Landkreis Biberach**  
 AOK Ulm-Biberach  
 Zeppelinring 2-4  
 88400 Biberach  
 Tel. 0711/6525-14171 oder -12136  
 Mail schreiben  
 Neue Postadresse:  
 Schwambergerstraße 14  
 89073 Ulm
- Böblingen** **Landratsamt Böblingen: Kontaktbüro für Selbsthilfegruppen**  
 Gesundheitsamt  
 Dornierstraße 3  
 71034 Böblingen  
 Tel. 07031 6631751  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite
- Baden-Baden** **Selbsthilfekontaktstelle Rastatt/ Baden-Baden**  
 Landratsamt Rastatt  
 Außenstelle in Baden-Baden  
 Gesundheitsamt  
 Flugstraße 7  
 76532 Baden-Baden  
 Tel. 07222 381-2375 oder - 5845  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite
- Calw** **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe**  
 Landratsamt Calw  
 Abt. Gesundheit und Versorgung  
 Vogteistr. 42-46, Raum B 413  
 75365 Calw  
 Tel. 07051 160199  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite
- Esslingen** **Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfe-gruppen/KIGS bei der AOK Neckar-Fils**  
 Landkreis Göppingen & Esslingen  
 Plochinger Straße 13  
 73730 Esslingen  
 Tel. 0711 6525 22641  
 Mail schreiben
- Freiburg** **Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald**  
 Schwabentorring 2  
 79098 Freiburg  
 Tel. 0761 2168735  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite
- Friedrichshafen** **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen**  
 Landratsamt Bodenseekreis  
 Albrechtstr. 75  
 88045 Friedrichshafen  
 Tel. 07541 2045838  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite
- Heidelberg** **Heidelberger Selbsthilfebüro**  
 Alte Eppelheimer Str. 40/1  
 69115 Heidelberg  
 Tel. 06221 184290  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Heilbronn Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppen/KIGS**

AOK Heilbronn-Franken  
 Allee 72  
 74072 Heilbronn  
 Tel. 0711 6525 19632  
 Tel. 0711 6525-19753  
 Mail schreiben

**Selbsthilfebüro Heilbronn**

PSD Paritätische Sozialdienste  
 Heilbronn gGmbH  
 Happelstraße 17 a  
 74074 Heilbronn  
 Tel. 07131 6493950  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Künzelsau Selbsthilfeinformationsstelle Hohenlohekreis**

Landratsamt Hohenlohekreis  
 Gesundheitsamt  
 Schulstraße 12  
 74653 Künzelsau  
 Tel. 07940 181582 oder -181589  
 Te. 07940 181589  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Karlsruhe Selbsthilfebüro Karlsruhe**

Paritätische Sozialdienste gGmbH  
 Kanalweg 40/42  
 76149 Karlsruhe  
 Tel. 0721 9123025  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Konstanz Selbsthilfekontaktstelle „Kommit“**

Landratsamt Konstanz  
 Benediktinerplatz 1  
 78467 Konstanz  
 Tel. 07531 8001787  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Lörrach Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS)**

Landratsamt Lörrach  
 Fachbereich Gesundheit  
 Palmstr. 3  
 79539 Lörrach  
 Tel. 07621 4102142  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Ludwigsburg Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppen/KIGS für den Landkreis Ludwigsburg**

AOK – Die Gesundheitskasse  
 Ludwigsburg-Rems-Murr  
 Gottlob-Molt-Str. 1  
 71636 Ludwigsburg  
 Tel. 0711 6525 21501  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Mannheim Gesundheitstreffpunkt Mannheim e. V.**

Max-Joseph-Str. 1/4. OG  
 68167 Mannheim  
 Tel. 0621 3391818  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Mosbach Selbsthilfenetzwerk Neckar-Odenwald**

Knopfweg 1  
 74821 Mosbach  
 Tel. 06261 83231  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Nürtingen Selbsthilfekontaktstelle im Bürgertreff**

Marktstraße 7  
 72622 Nürtingen  
 Tel. 07022 75369  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Offenburg Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Landratsamt Ortenaukreis**

Lange Straße 51  
 77652 Offenburg  
 Tel. 0781 8059771  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite  
 Link zur Webseite Jueso

**Pforzheim Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe/Selbsthilfegruppen (KISS)**

Landratsamt Enzkreis  
 Gesundheitsamt  
 Bahnhofstr. 28  
 75172 Pforzheim  
 Tel. 07231 3089199  
 Mail schreiben an  
 Link zur Webseite

**Ravensburg Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitsbezogene Selbsthilfe-gruppen/KIGS**

AOK Bodensee-Oberschwaben  
 Charlottenstr. 49  
 88212 Ravensburg  
 Tel. 0711 6525 24309  
 Mail schreiben

**Kontaktstelle für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement**

Landratsamt Ravensburg  
 Gartenstr. 107  
 88212 Ravensburg  
 Tel. 0751 853119  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Reutlingen Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitsbezogene Selbsthilfe der AOK Neckar-Alb/KIGS**

AOK Die Gesundheitskasse Neckar-Alb  
 Konrad-Adenauer-Str. 23  
 72762 Reutlingen  
 Tel. 0711 6525 – 16709 oder -15591  
 Mail schreiben

**Rottweil Koordinierungsstelle für Selbsthilfegruppen c/o Pflegestützpunkt Landkreis Rottweil**

Olgastraße 6  
 78628 Rottweil  
 Tel. 0741/244-474 oder -469  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Schramberg Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfegruppen AOK Schwarzwald-Baar-Heuberg**

Sozialer Dienst  
 Am Schlöble 2  
 78713 Schramberg  
 Tel. 0711 6525-21045  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Stuttgart Selbsthilfzentrum KISS Stuttgart**

Tübinger Str. 15  
 70178 Stuttgart  
 Tel. 0711 6406117  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Tübingen SOZIALFORUM TÜBINGEN e. V.**

Europaplatz 3  
 72072 Tübingen  
 Tel. 07071 38363  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Tuttlingen Selbsthilfekontaktstelle Tuttlingen**

Landratsamt Tuttlingen  
 Fachstelle für Pflege und Selbsthilfe  
 Gartenstraße 22  
 78532 Tuttlingen  
 Tel. 07461 92646-04 oder -07  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Ulm Selbsthilfebüro KORN e. V.**

Kornhausgasse 9  
 89073 Ulm  
 Tel. 0731 88034410  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Villingen-Schwenningen Selbsthilfekontaktstelle Schwarzwald-Baar-Kreis**

Landratsamt Schwarzwald-Baar-Kreis  
 Herdstraße 4  
 78050 Villingen-Schwenningen  
 Tel. 07721 913-7190 (Bandansage 4 wählen)  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Waiblingen Selbsthilfekontaktstelle Rems-Murr-Kreis**

c/o LRA Rems-Murr-Kreis  
 Gesundheitsamt  
 Rötestraße 17  
 71332 Waiblingen  
 Tel. 07151 501-1683  
 Mail schreiben  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

**Waldshut-Tiengen KISS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Landkreis Waldshut**

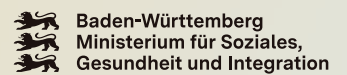
Landratsamt Waldshut  
 Gesundheitsamt  
 Im Wallgraben 34  
 79761 Waldshut-Tiengen  
 Tel. 07751 865133  
 Mail schreiben  
 Link zur Webseite

# SEKIS

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN  
BADEN-WÜRTTEMBERG

[www.sekis-bw.de](http://www.sekis-bw.de)

Mit freundlicher Unterstützung von:



Finanziert aus den Landesmitteln,  
die der Landtag von Baden-Würt-  
temberg beschlossen hat.