

## Begleitung von Kontaktpersonen

Kontaktpersonen sind in die Arbeit der Landesverbände oder Diagnosegruppen eingebunden und haben dort ihre ständigen Ansprechpartner. Die hauptamtlichen Beraterinnen und Berater stehen den Ehrenamtlichen unterstützend, beratend und im Einzelfall entlastend zur Seite.

## Voraussetzungen für eine ehrenamtliche Tätigkeit in der DGM

Vorkenntnisse oder spezielle Fähigkeiten sind nicht nötig. Bedeutsam sind:

- freundlich offenes Interesse an anderen Menschen
- Akzeptanz anderer Lebensstile und anderer Umgangsformen mit der Erkrankung
- Übereinstimmung mit den Zielen und dem Selbstverständnis der DGM (Leitbild)
- Selbstfürsorge, gutes Haushalten mit den eigenen Kräften
- enge Abstimmung der Aktivitäten mit dem jeweiligen Landesverband oder der Diagnosegruppe
- Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit Themen wie Trauer, Tod, Einsamkeit...
- vertrauenswürdiger Umgang mit privaten Daten und Informationen (Datenschutz)
- Bereitschaft zur Weiterbildung
- zeitliches Mindestmaß für das Engagement als Kontaktperson
- Zuverlässigkeit in der Mitarbeit

## Aufgabenbereiche

Als Kontaktperson tragen Sie zur Stärkung der Selbsthilfe bei. Sie machen die DGM regional und überregional in der Öffentlichkeit bekannt. Sie helfen Gleichbetroffenen untereinander Kontakt aufzunehmen, voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu unterstützen. Muskelkranke Menschen oder Angehörige, die sich bei Ihnen melden, erwarten, dass Sie ihnen zuhören, erste Antworten auf krankheitsbezogene Fragen geben, auf weiterführende Hilfen hinweisen und freundlich und warmherzig reagieren.

Zudem gibt es die Möglichkeit, Gesprächskreise für Betroffene und / oder Angehörige zu organisieren, auf regionalen Veranstaltungen Infostände zu präsentieren, Betroffene persönlich zu begleiten, DGM-Broschüren bei Ärzten und in Kliniken zu verteilen.

Falls wir Ihr Interesse an der Tätigkeit als Kontaktperson in der DGM geweckt haben, freuen wir uns, wenn Sie sich mit Ihrem Landesverband, Ihrer Diagnosegruppe oder mit uns in Verbindung setzen. Die Adressen finden Sie auf [www.dgm.org](http://www.dgm.org) oder wir nennen Sie Ihnen in unserer Geschäftsstelle.

## Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind!



**DGM · Bundesgeschäftsstelle · Im Moos 4 · 79112 Freiburg**

Telefon 0 76 65 / 94 47-0 E-Mail: [info@dgm.org](mailto:info@dgm.org)  
Telefax 0 76 65 / 94 47-20 Internet: [www.dgm.org](http://www.dgm.org)

**Spendenkonto Bank für Sozialwirtschaft**

IBAN: DE38 6602 0500 0007 7722 00 · BIC: BFSWDE33KRL

Unsere Arbeit ist von den obersten Finanzbehörden als besonders förderungswürdig und gemeinnützig anerkannt. Ihre Spende und Ihr Förderbeitrag sind deshalb steuerlich abzugsfähig. Stand: 03/2020

# DGM-Informationen



## Ehrenamtliche Kontaktperson der DGM

*Eine Information der*



Bundesgeschäftsstelle · Im Moos 4 · D-79112 Freiburg

E-Mail: [info@dgm.org](mailto:info@dgm.org) · [www.dgm.org](http://www.dgm.org)

## Geschichte der DGM

Die DGM wurde 1965 von Eltern betroffener Kinder und Ärzten gegründet und ist heute die größte Selbsthilfeorganisation für Menschen mit neuromuskulären Erkrankungen und deren Angehörige. Ursprünglich setzte sich die DGM zum Ziel, die medizinische Forschung anzuschieben. Schon bald kamen dem Austausch mit anderen Muskelkranken Menschen und der gegenseitigen Unterstützung eine große Bedeutung zu. Der Informations- und Beratungsbedarf rückte in den Mittelpunkt der Arbeit: Krankheitsbewältigung, Pflege, Assistenz, Beruf mit Behinderung. In der DGM informieren und beraten heute ehrenamtlich und hauptamtlich Tätige rund um die Muskelerkrankungen.

Die DGM hat etwa 8.600 Mitglieder (2020), die direkt oder indirekt von einer neuromuskulären Erkrankung betroffen sind. Die Finanzierung der Arbeit erfolgt fast ausschließlich durch Mitgliedsbeiträge und Spenden.

## Zur Organisation

Die DGM gliedert sich in 15 Landesverbände, die von Ehrenamtlichen geführt werden. Zudem bestehen derzeit 10 bundesweite Diagnosegruppen zu den häufiger vorkommenden Krankheitsbildern. Der Erfahrungsaustausch und die gegenseitige Unterstützung finden in Beratungsgesprächen, Fachvorträgen, Begegnungs- und Selbsthilfetreffen statt. Das Engagement der ehrenamtlich tätigen „Kontaktpersonen“ bildet die Basis der Arbeit der DGM.



## Bedeutung ehrenamtlicher Arbeit

Ehrenamtliche Arbeit ist eine wichtige Form zwischenmenschlicher Unterstützung und die grundlegende Basis der Selbsthilfe. Muskelkranke und deren Angehörige informieren und unterstützen sich gegenseitig. Der Austausch und die Weitergabe von Wissen und eigenen Erfahrungen tragen in hohem Maße zu Krankheitsbewältigung und zur Hilfe im Alltag bei. Unterstützungsangebote und Kontaktpersonen als Ansprechpartner werden von Hilfesuchenden als sehr entlastend erlebt und wertgeschätzt.

In der DGM hat ehrenamtliche Arbeit eine lange Tradition und einen hohen Stellenwert. Kontaktpersonen bringen ihre Zeit, Flexibilität und persönliche Nähe ein. Ihre Hilfe ist nicht an formale Zwänge gebunden, der zwischenmenschliche Kontakt steht im Mittelpunkt. Kontaktpersonen geben Erfahrungen mit Muskelerkrankungen weiter, die sie selbst oder ihre Angehörigen gemacht haben. Ratsuchende schätzen den Trost, die Unterstützung, Anregung und Hilfe, die durch das gemeinsame Schicksal glaubwürdig übermittelt werden. Kontaktpersonen sind Spezialisten in eigener Sache. Die Beratung durch Hauptamtliche ergänzt das Angebot der Ehrenamtlichen.

Ehren- und Hauptamtliche in der DGM beraten aufgrund eines gemeinsamen Menschenbildes:

- Orientierung an den Möglichkeiten und Stärken der Ratsuchenden
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Recht auf Selbstbestimmung und Eigenverantwortlichkeit jedes Menschen
- Gleichwertigkeit und Zugehörigkeit
- Vertraulichkeit wird garantiert

## Der Einstieg – Qualität der ehrenamtlichen Tätigkeit in der DGM

Kontaktpersonen begegnen Ratsuchenden freundlich, einfühlsam und hilfsbereit. Ein gutes Ausloten und Reflektieren der eigenen Wünsche und Grenzen ist eine wesentliche Grundlage ehrenamtlicher Tätigkeit.

Dazu vermittelt die Einsteigerschulung für neue Kontaktpersonen folgende Inhalte:

- Methoden der Gesprächsführung im Kontakt mit Ratsuchenden
- Strukturen der DGM
- Wissen über neuromuskuläre Erkrankungen und deren Auswirkungen auf Körper und Seele
- Wissen über therapeutische und technische Hilfsmöglichkeiten
- Einblick in pflegerische und sozialrechtliche Regelungen und Möglichkeiten

Zusätzlich bieten die Landesverbände und Diagnosegruppen kostenlose Weiterbildungsmöglichkeiten für Kontaktpersonen an.

