



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.



Peer der FGQ
Wir schlagen Brücken.



Die FGQ:

- Selbsthilfeorganisation
- Ehrenamtliches Engagement
- Gegründet 1981
- Independent-Living-Bewegung



Worum geht es der FGQ?

- Selbstbestimmung
- Gleichberechtigung
- Teilhabe am Leben

... für Menschen mit einer
Querschnittlähmung.

Ganz normal: Leben – mit einer Querschnittlähmung.



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

INFORMIEREN, HELFEN, FÖRDERN



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Arbeitsfelder der FGQ





Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Das Peer-Angebot der FGQ

Betroffene unterstützen Betroffene.
Auf Augenhöhe.



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Vorneweg:

Was ist ein [*Peer*] ?

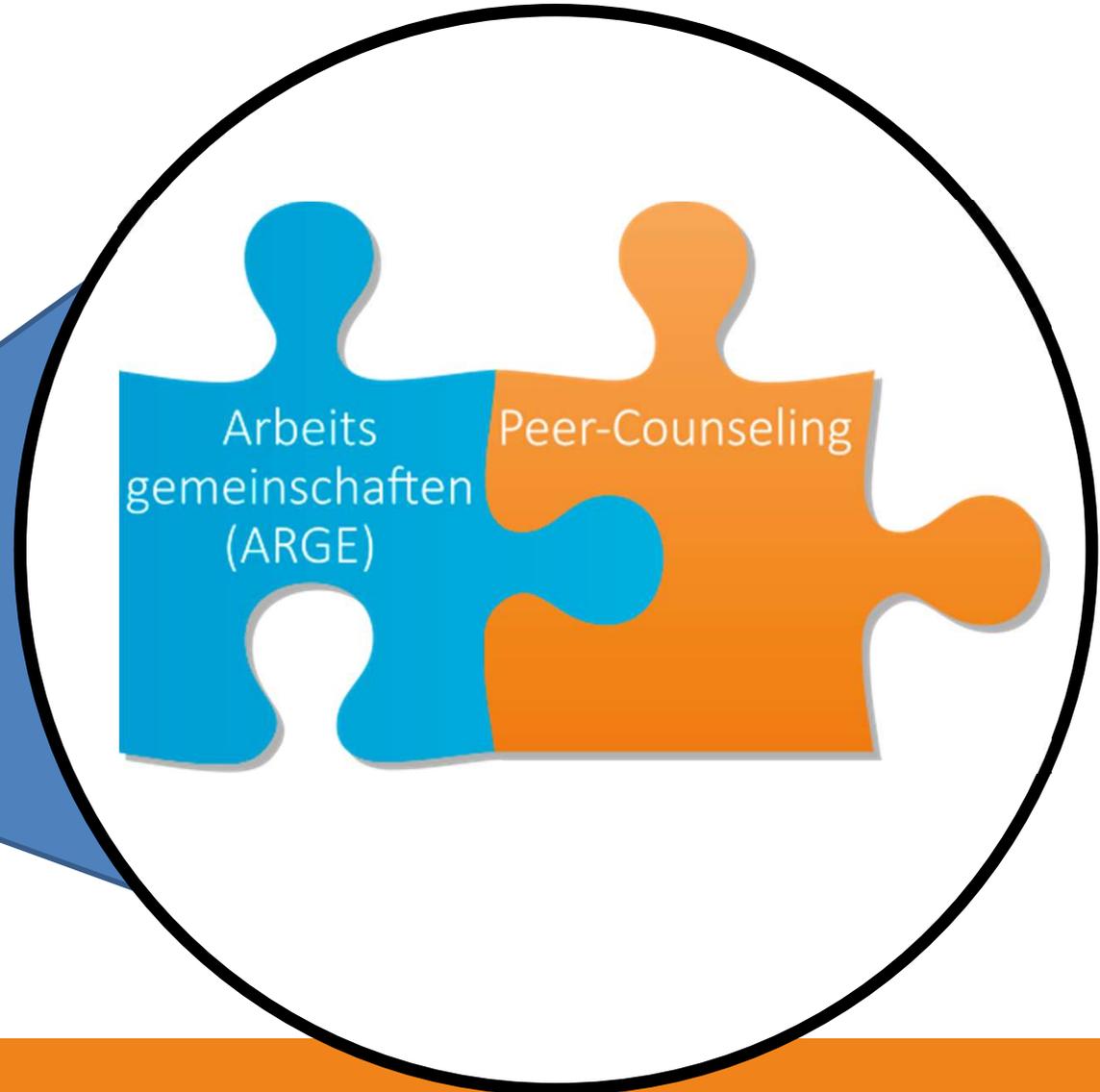
»Gleicher unter Gleichen«



- Die Peer-Berater/innen der FGQ sind **alle selbst betroffen** von einer Rückenmarkverletzung.
- Die meisten sitzen selbst im Rollstuhl.
- Menschen mit Querschnittverletzung können **hier mit jemandem sprechen, der in der gleichen Situation** ist...
... und der diese Situation meistert!



Beratung von Betroffenen und Angehörigen





Peer-Beratung - konkret:

1. Unterstützung **in der Klinik:**
 - a. »Offner Treff«/ »FGQ-Treff«
 - b. Einzelgespräche
2. Unterstützung **nach der Entlassung:**
 - a. Besuche, Telefonat
 - b. Stammtisch, Netzwerk



Informationen vermitteln:

Was kommt auf mich zu? Wo beantragt man was?
Wer kann mir weiterhelfen? Wen muss ich fragen?

Erfahrungen weitergeben:

Wie mach *ich* das? Wer hat *mir* da geholfen? Wie komm
ich damit zurecht?

Zuhören:

Worüber können Sie mit Familie, Freunden, Ärzten nicht
sprechen? (oder zumindest noch nicht sprechen ...)



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Wie entsteht der Kontakt zu Peer-Berater/-innen?



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

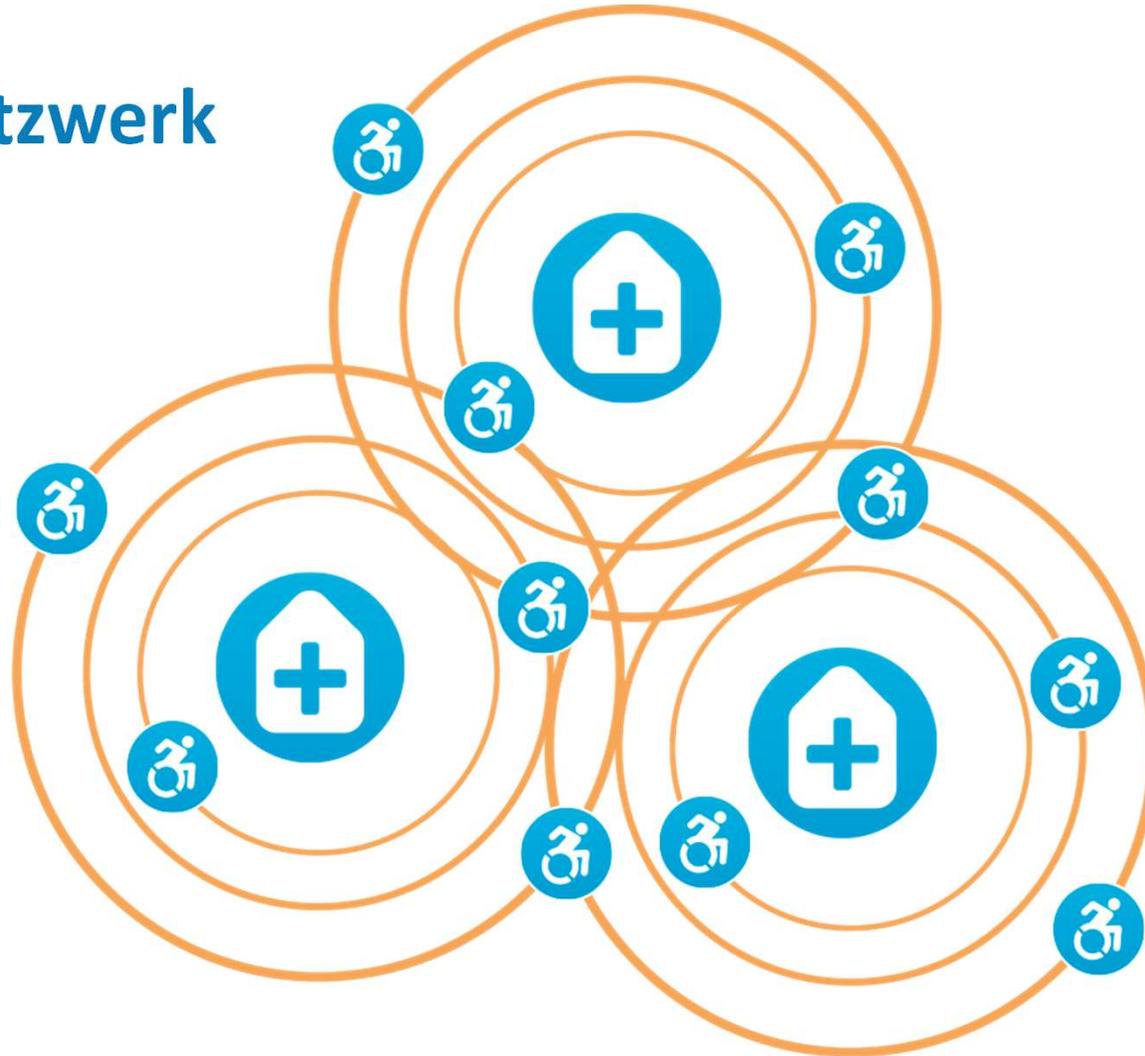
Stützpunkte





Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

FGQ Netzwerk





Unsere mehr als 150 Peers sind alle geschult

- Erstschulung
- Kommunikation
- Recht und Soziales
- Ernährung
- Bewältigung einer Querschnittlähmung



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

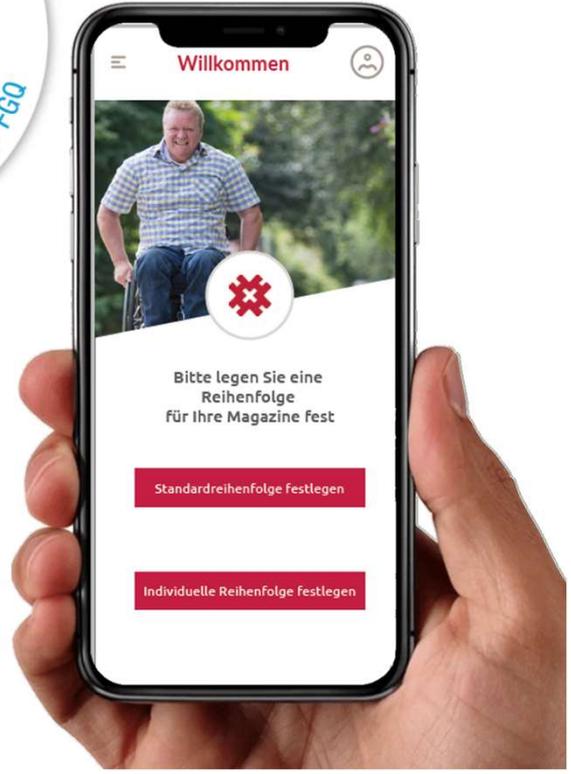
FGQ Netzwerk





Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Programm Wegbegleiter



18 Magazine - Kompendium Querschnittlähmung

1. Gesundheits- und Körpermanagement
2. Blase
3. Darm
4. Dekubitus
5. Ernährung
6. Körperpflege
7. Wohnen
8. QSL im Alltag
9. Mobilität (Pkw)
10. Beruf und Arbeit
11. Psychische Stabilität
12. Partnerschaft, Sexualität & Kinderwunsch
13. Familie und Freunde
14. Sozialrechtliche Aspekte
15. Hilfsmittelversorgung
16. Mobilität (Rollstuhl)
17. Sport
18. Reisen

- „Gedruckte Peer-Arbeit“
- 18 Themen, geschrieben von Experten und Peers – geprüft von der FGQ
- Dauer: 2 Jahre, Teilnahme ist kostenfrei
- Gedruckt, online, ab Dezember als App
- 100% produktfrei
- Anmeldung zum Programm: www.wegbegleiter-hollister.de,
Flyer, Leseprobe, Magazin Querschnittlähmung



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Online- Stammtisch

Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.


STAMMTISCH

Wir sind
jede Woche im
FGQ-Zoom-Chat
für euch da!





ARGE Beatmung:



Lisa Steffen
Mastershausen
(RP)



Patrick Anders
Wuppertal
(NRW)



Maria-Cristina Hallwachs
Stuttgart
(BW)



Anika Zinken
Niederzier
(NRW)



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Online-
Stammtisch
Beatmung:

„atemWEGE“



Wann?

jeden 2. Donnerstag im Monat um 18 Uhr



„atemWEGE“

- ist für alle Menschen mit Beatmung, Angehörige und privat oder beruflich Interessierte
- wir bündeln unser Wissen, z.B. was gehört in einen Notfallrucksack? Wie bin ich auf einen Katastrophenfall vorbereitet?



„atemWEGE“

ist eine Gemeinschaftsinitiative

- der Deutsche interdisziplinäre Gesellschaft für Außerklinische Beatmung, DIGAB e.V.
<https://digab.de/betroffene/#toggle-id-1>
- der Deutschen Gesellschaft für Muskelerkrankte, DGM e.V.
- „Arbeitsgemeinschaft Beatmung“ der Fördergemeinschaft Querschnittgelähmter in Deutschland, FGQ e.V.
<https://www.fgq.de/peer-counseling/arbeitsgemeinschaften-arge/arge-beatmung/>



Fördergemeinschaft
der Querschnittgelähmten
in Deutschland e.V.

Kontakt sofort?
Sprechen Sie uns an!

Mail: info@fgq.de

Homepage: www.fgq.de

Telefon: +49 6226 – 960 211