

## NAKOS NEWSLETTER

November 2018

Seite 1 von 5

In diesem Newsletter informieren wir Sie über diese und andere Themen:

- Lebensmutig! Junge Selbsthilfe Blog ist online
- Junge Selbsthilfegruppe des Monats November
- GKV-Gemeinschaftsförderung auf Bundesebene im Förderjahr 2019
- Neue Netzwerkstelle „Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz“ vorgestellt
- #DarueberReden: Kampagne der Antidiskriminierungsstelle des Bundes

### IN EIGENER SACHE

#### Stimmen der jungen Selbsthilfe

Lebensmutig. Der Junge Selbsthilfe Blog ist online!



Auf [www.junge-selbsthilfe-blog.de](http://www.junge-selbsthilfe-blog.de) bloggen jetzt junge Leute über ihre Erfahrungen in Selbsthilfegruppen, über ihre Herausforderungen im Leben und ihre ganz persönliche Sicht auf Themen wie Anderssein, Gemeinschaft und

Inklusion. „Wie bin ich zur Selbsthilfe gekommen?“, „Was bedeutet Erfolg für mich?“ sind die ersten Themen, zu denen sie aus ganz unterschiedlichen Perspektiven Stellung beziehen.

Die Idee, gemeinsam zu bloggen, entstand beim letzten Bundestreffen Junge Selbsthilfe: Zeigen wie viele verschiedene junge Leute in der Selbsthilfe unterwegs sind und was sie bei aller Verschiedenheit eint, lautete die Devise.

In den vergangenen Monaten fand sich ein Autor\*innen-Team zusammen, das gemeinsam überlegte, wie der Blog aussehen und worüber geschrieben werden soll. Nach vielen Vorbereitungen und einer Phase des Probefloggings wurde schließlich auch ein Titel für das Projekt gefunden: Lebensmutig. Junge Selbsthilfe Blog. Seit Mitte November können die Beiträge der jungen Selbsthilfeaktiven nun auf der neu entstandenen Internetseite gelesen und auch kommentiert werden. Schon jetzt sind viele spannende, nachdenkliche aber auch lustige Texte entstanden.

Auch ein gemeinsames Selbstverständnis hat sich die Gruppe gegeben. „Obwohl wir in ganz unterschiedlichen Gruppen aktiv sind und mit ganz unterschiedlichen Themen zu tun haben, eint uns viel: Durch Erkrankungen oder andere schwierige Lebensumstände sind wir in unserem Leben herausgefordert worden“, heißt es darin. Wir haben uns entschieden, diese Herausforderungen gemeinsam mit anderen anzugehen. Und wir haben in der Selbsthilfe einen Ort gefunden, an dem wir Akzeptanz erfahren und über uns hinauswachsen können.“

Der Blog hat deshalb auch das Ziel, „Öffentlichkeitsarbeit“ für gemeinschaftliche Selbsthilfe zu machen – „indem wir davon berichten, wie hilfreich unser Engagement in der Selbsthilfe für uns ist“, so das Autor\*innen-Team. Die Gruppe besteht zurzeit aus 15 jungen Menschen. Ihre Themen reichen von Angststörungen über Depressionen und Krebs bis zu Legasthenie, Morbus Crohn, Sehbehinderung und Sucht. Weitere Mitmachende können gerne dazu stoßen.

Das Angebot wird von der NAKOS zur Verfügung gestellt und durch eine Projektförderung der Knappschaft ermöglicht.

Bei Interesse an einer Mitarbeit bitte an [junge-seite@nakos.de](mailto:junge-seite@nakos.de) wenden.

Internet:

<http://www.junge-selbsthilfe-blog.de>

<http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/blog>

## JUNGE SELBSTHILFE

### **Junge Selbsthilfe – Gruppe des Monats November**

Jemah – Jugendliche und Erwachsene mit angeborenem Herzfehler

Auf dem NAKOS-Portal für junge Selbsthilfe [www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de](http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de) stellen wir jeden Monat eine junge Selbsthilfegruppe, eine Initiative oder ein Projekt von jungen Selbsthilfeaktiven vor. Im Oktober ist es Jemah – Jugendliche und Erwachsene mit angeborenem Herzfehler. Der eingetragene Verein wurde von Betroffenen gegründet, die mit einem angeborenem Herzfehler das Erwachsenenalter erreicht hatten.

Die Gruppe des Monats finden Sie hier:

<http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/selbsthilfegruppen/jemah>

## AUS POLITIK UND GESELLSCHAFT

### **GKV-Gemeinschaftsförderung auf Bundesebene im Förderjahr 2019**

Gemeinsames Rundschreiben und Antragsformulare sind jetzt abrufbar

Die GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene hat das aktuelle Gemeinsame Rundschreiben 2019 versandt, mit dem die gesetzlichen Krankenkassen und ihre Verbände die Bundesorganisationen der Selbsthilfe über die Beantragung von Fördermitteln für das Jahr 2019 informieren.

Das Antragsverfahren haben die Krankenkassen/-verbände weiter verschlankt. Für die Beantragung von Fördermitteln ist nur noch ein Antrag auszufüllen. Durch die Unterschrift unter den Förderantrag bestätigt der Antragsteller, dass alle Anlagen des Gemeinsamen Rundschreibens 2019 (u.a. die Allgemeinen Nebenbestimmungen für die Beantragung und Gewährung von Fördermitteln nach § 20h SGB V) zur Kenntnis genommen wurden. Alle formalen Regelungen zur Antragstellung sind in Anlage 6 zusammengefasst (wie z.B. Fristen, beizufügende Unterlagen).

Die Antragsunterlagen sind auf dem Postweg einzusenden. Die Einsendefrist für einen Antrag auf pauschale Mittel aus der GKV-Gemeinschaftsförderung auf Bundesebene endet am 31. Dezember 2018.

Das Gemeinsame Rundschreiben 2019 und die Antragsformulare für 2019 stehen bereit unter:

[https://www.vdek.com/vertragspartner/Selbsthilfe/foerderung\\_bund.html](https://www.vdek.com/vertragspartner/Selbsthilfe/foerderung_bund.html)

**Neue Netzwerkstelle „Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz“**

Anlaufstelle bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen

Von 2012 bis 2018 förderte das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend rund 500 „Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz“ für jeweils zwei Jahre. Die neu geschaffene Netzwerkstelle „Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz“ soll nun die Projekte in ihrer Weiterarbeit unterstützen und überregionalen Erfahrungsaustausch, fachliche Impulse und praktische Arbeitshilfen anbieten.

Die Netzwerkstelle ist bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen angesiedelt.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@6320>

---

**Nationale Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention**

BRK-Allianz veröffentlicht einen Parallelbericht

„Deutschland ist auf gutem Weg zu mehr Inklusion“, lautete das Fazit des Zwischenberichts der Bundesregierung zur nationalen Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention. Die BRK-Allianz, in dem sich 78 Vereine und Verbände zusammengeschlossen haben, kommt in ihrem Parallelbericht allerdings zu einem anderen Ergebnis: "Eine konsequent menschenrechtliche Betrachtungsweise ist in der deutschen Behindertenpolitik und der Gesetzgebung noch nicht ausreichend erkennbar."

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@6377>

---

**Selbsthilfe trifft Psychotherapie in Bayern**

Voneinander und miteinander lernen und profitieren

„Selbsthilfe trifft Psychotherapie“ – unter diesem Titel haben die Selbsthilfekoordination Bayern, die Kassenärztliche Vereinigung Bayern (KVB) und die Psychotherapeutenkammer Bayern (PTK Bayern) eine Veranstaltung für Selbsthilfegruppen, Ärztinnen und Ärzte und Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten organisiert. Verschiedene Selbsthilfegruppen haben ihre Arbeit vorgestellt, KVB und PTK Bayern über Psychotherapie und Selbsthilfe bei psychischen Erkrankungen informiert und Selbsthilfekontaktstellen ihre Aufgaben dargestellt.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@6373>

---

**#DarueberReden: Von Diskriminierungserfahrungen erzählen**

Antidiskriminierungsstelle des Bundes startet Kampagne, um Betroffenen eine Stimme in sozialen Medien zu geben

Die Antidiskriminierungsstelle des Bundes will mit der Kampagne #DarueberReden bis Dezember 2018 Menschen, die von Diskriminierung betroffen waren oder sind, eine Stimme in

den sozialen Medien geben. Betroffene sind aufgerufen, unter dem Hashtag #darueberreden von ihren Erfahrungen zu erzählen.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@6317>

---

### „Schwer-in-Ordnung-Ausweis“

Vor einem Jahr benannte eine Hamburgerin ihren Schwerbehindertenausweis um

„Ich finde Schwerbehindertenausweis ist nicht der richtige Name für meinen Ausweis. Ich möchte lieber das der Schwer-in-Ordnung-Ausweis genannt wird“, schrieb eine damals 14-jährige Hamburgerin mit Down-Syndrom im Oktober 2017 im Magazin des Kontakt- und Informationszentrums Down-Syndrom Hamburg (KIDS Hamburg). Sie hatte sich selbst eine Ausweishülle gebastelt, die das Wort „Schwerbehindertenausweis“ mit ihrer Neuschöpfung verdeckt. Damit brachte sie eine Diskussion ins Rollen.

Lesen Sie mehr:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@6378>

## ZU GUTER LETZT

### Lesetipp

Wir präsentieren jeden Monat einen Artikel aus dem aktuellen selbsthilfegruppenjahrbuch der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) und wünschen eine interessante Lektüre:

Barbara Quenzer: Virtuelle Selbsthilfe – geht das überhaupt? Erfahrungen aus und mit dem Forum. In: selbsthilfegruppenjahrbuch 2018. Gießen 2018, S. 38-45

<https://www.dag-shg.de/data/Fachpublikationen/2018/DAGSHG-Jahrbuch-2018-Quenzer.pdf>

## IMPRESSUM

### NAKOS NEWSLETTER | November 2018

#### NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle  
zur Anregung und Unterstützung  
von Selbsthilfegruppen  
Otto-Suhr-Allee 115  
10585 Berlin  
Tel: 030 | 31 01 89 60  
Fax: 030 | 31 01 89 70  
E-Mail: [selbsthilfe@nakos.de](mailto:selbsthilfe@nakos.de)

Das Wissensportal zur Selbsthilfe:  
[www.nakos.de](http://www.nakos.de)

© NAKOS 2018

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe e.V. (DAG SHG)

Redaktion und Versand dieses elektronischen Newsletters werden aus Mitteln der GKV-Gemeinschaftsförderung auf Bundesebene gefördert.

Wir stärken die Selbsthilfe.  
Unterstützung durch die NAKOS

Die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) ist die bundesweite Netzwerkeinrichtung und Ansprechpartnerin für alle Fragen rund um die gemeinschaftliche Selbsthilfe in Deutschland. Sie arbeitet unabhängig und themenübergreifend und gibt unentgeltlich Auskunft über örtliche Selbsthilfekontaktstellen sowie bundesweite Selbsthilfevereinigungen zu mehr als 1.000 verschiedenen Themen. Sie veröffentlicht eine Vielzahl von Materialien und Fachinformationen und betreibt verschiedene Internetangebote.

[Newsletter abonnieren](#)

[Newsletter abbestellen](#)