



Als bundesweite Netzwerkeinrichtung im Feld der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in Deutschland gibt die NAKOS zahlreiche Materialien heraus.

MATERIALIEN ZU ARBEIT UND ANGEBOTEN DER NAKOS

- NAKOS: Profil und Angebote — Selbsthilfefähigkeiten stärken, Selbstorganisation unterstützen, gemeinschaftliche Selbsthilfe ermöglichen. Berlin 2014 (Broschüre)
- www.nakos.de/ueber-nakos/ : Informationsangebot im Internet
- www.selbsthilfe-interaktiv.de: Die Kommunikationsplattform für gemeinschaftliche Selbsthilfe, Berlin 2014 (Faltblatt)
- Isolation durchbrechen, Verbindungen schaffen, Bindungen festigen. Beratung und Unterstützung für Menschen mit seltenen Erkrankungen und Problemen zur Bildung von Selbsthilfegruppen und Austauschnetzen (Faltblatt)

MATERIALIEN FÜR SELBSTHILFEINTERESSIERTE

- ZusammenTun – Wege gemeinschaftlicher Selbsthilfe (Broschüre)
- Selbsthilfegruppen — Anders als erwartet... (Broschüre)
- Wir helfen. Selbsthilfekontaktstellen in Deutschland (Faltblatt)
- Selbsthilfegruppen. Reden und Handeln (Faltblatt)
- Tipps zur Gründung von Selbsthilfegruppen. Mut zum Tun (Faltblatt als PDF-Datei zum Download)
- Tipps für die Arbeit von Selbsthilfegruppen. Aus Erfahrung lernen (Faltblatt)
- Selbsthilfegruppen bei chronischen Erkrankungen und Behinderungen. Reden hilft (Faltblatt)
- Selbsthilfegruppen von Angehörigen. Mittelbar betroffen, selbst handeln (Faltblatt)
- Selbsthilfegruppen bei seltenen Erkrankungen und Problemen. Wege aus der Isolation (Faltblatt)
- Pflege (Faltblatt)
- Elternschaft und Erziehung (Faltblatt)
- Verlust und Trauer (Faltblatt)
- Umbruch (Faltblatt)
- Von Betroffenen für Betroffene: Woran erkenne ich ein Selbsthilfeforum im Internet? (Faltblatt)

MATERIALIEN FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN

- Starthilfe zum Aufbau von Selbsthilfegruppen. Ein Leitfaden, Berlin 2014, 9. vollständig neu bearbeitete Auflage (Broschüre)
- Gruppen im Gespräch – Gespräche in Gruppen. Ein Leitfaden für Selbsthilfegruppen, Berlin 2012, 3. bearbeitete Auflage (Broschüre)
- Gemeinsam aktiv. Arbeitshilfe für Selbsthilfegruppen, Berlin 2016, 1. Auflage (Broschüre)
- Gesamttreffen von Selbsthilfegruppen (Faltblatt als PDF-Datei zum Download)
- Unabhängig und selbstbestimmt, Impulse für die Selbsthilfearbeit. Berlin 2016 (Broschüre mit Begleitheft)



MATERIALIEN FÜR ÖFFENTLICHKEITSARBEIT ZUR GEMEINSCHAFTLICHEN SELBSTHILFE

- Vielen Dank für das Gespräch. Wie Harry lernte, sein Monster zu lieben. Berlin 2014 (Animationsfilm)
- Junge Selbsthilfe: Meine Selbsthilfegruppe (Lesezeichen)
- Junge Selbsthilfe: Meine Selbsthilfegruppe (Aufkleber)
- Junge Selbsthilfe: Streetart (Plakat)
- Junge Menschen in Krisen (Posterfaltblatt)
- Junge Menschen als Angehörige, Berlin 2011 (Posterfaltblatt)
- Junge Selbsthilfegruppen finden, Berlin 2014 (Postkarte)
- Aufkleber Junge Selbsthilfe, diverse Größen

MATERIALIEN FÜR SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN UND MULTIPLIKATOR/INNEN

NAKOS Konzepte und Praxis

Die Reihe wendet sich an Mitarbeiter/innen von Selbsthilfekontaktstellen und anderen Einrichtungen der gesundheitlichen und (psycho-)sozialen Versorgung. Die Fachpublikationen enthalten Texte und Materialien, die fachliche Fragen der Selbsthilfeunterstützung und Selbsthilfeberatung erörtern sowie Handlungskonzepte, Arbeitsschritte und Praxisbeispiele vorstellen.

- Selbsthilfe unterstützen: Fachliche Grundlagen für die Arbeit in Selbsthilfekontaktstellen und anderen Unterstützungseinrichtungen. Ein Leitfaden. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 1, Berlin 2006
- Selbsthilfe bei Migrantinnen und Migranten fördern und unterstützen: Anregungen für Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 2, Berlin 2012, 2. unveränderte Auflage
- Selbsthilfeunterstützung bei psychogenen Essstörungen: Anregungen für die Selbsthilfegruppenunterstützungsarbeit. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 3, Berlin 2009
- Junge Menschen ansprechen und motivieren. Anregungen für die Selbsthilfeunterstützungsarbeit. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 4, Berlin 2009
- Internetbasierte Selbsthilfe. Eine Orientierungshilfe. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 5, Berlin 2012, 2. Auflage
- Transparenz und Unabhängigkeit der Selbsthilfe: Wahrung von Selbstbestimmung und Vermeidung von Interessenkonflikten. Eine Praxishilfe. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 6, Berlin 2012, 2. ergänzte Auflage
- Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen: Kooperationspartner Selbsthilfekontaktstelle. Eine Praxishilfe. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 7, Berlin 2013
- Das Internet für die Selbsthilfearbeit nutzen. Eine Praxishilfe. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 8, Berlin 2015, 2. Auflage
- Neue Wege gehen. Junge Menschen für gemeinschaftliche Selbsthilfe begeistern. NAKOS Konzepte und Praxis, Band 9, Berlin 2016 (im Erscheinen)
- Seltene Erkrankungen und Probleme. Betroffene suchen Betroffene (Arbeitsmappe für Multiplikator/innen), Berlin 2016, 2. Auflage



NAKOS Patient und Selbsthilfe

In der Reihe Patient und Selbsthilfe werden Informationen zur Mitsprache von Selbsthilfegruppen im Gesundheitswesen aufbereitet und gebündelt. Sie wendet sich an Interessierte aus der Selbsthilfe und an Mitarbeiter/innen von Selbsthilfekontaktstellen.

- Grundlagen der Patientenbeteiligung nach § 140 f SGB V. Erfahrungen einbringen, Interessen vertreten. Patient und Selbsthilfe 1. Berlin 2014 (Broschüre)
- Arbeitsweise und Verfahren der Patientenbeteiligung nach § 140 f SGB V. Erfahrungen einbringen, Interessen vertreten. Patient und Selbsthilfe 2. Berlin 2014 (Broschüre)
- Einmaleins der Patientenbeteiligung, Schulungsmappe zu § 140f SGB V. Berlin 2016, 2. Auflage
- Patienteninteressen vertreten, mitberaten – Patientenbeteiligung. Berlin 2014, 2. Auflage (Falblatt)

FACHINFORMATIONEN

NAKOS INFO

Die Fachzeitschrift NAKOS INFO erscheint halbjährlich. Sie dient der fachpolitischen Diskussion, der Information und dem bundesweiten Austausch der örtlichen Selbsthilfekontaktstellen bzw. der Versorgungseinrichtungen, die in ihrem Arbeitsbereich ein Informationsangebot für Selbsthilfegruppen und -interessierte entwickelt haben.

NAKOS Studien

In der Reihe NAKOS Studien informiert die NAKOS über Zahlen, Daten und Fakten zur Selbsthilfe, Selbsthilfeunterstützung und Selbsthilfeförderung in Deutschland.

Auswahl aktueller Ausgaben:

- Selbsthilfeförderung durch die Bundesländer in Deutschland im Jahr 2013. NAKOS Studien. Selbsthilfe im Überblick, Band 4. Berlin 2014 (Broschüre)
- Zahlen und Fakten 2011/2012. NAKOS Studien. Selbsthilfe im Überblick, Band 3. Berlin 2013 (Broschüre)
- Zahlen und Fakten 2016: NAKOS Studien. Datenblätter zu ausgewählten Themen wie zum Beispiel Verbreitung von Selbsthilfekontaktstellen in Deutschland, nur zum Download auf www.nakos.de

NAKOS EXTRA

NAKOS EXTRA ist eine Fachdiskussionsreihe mit Beiträgen zu fachlichen und institutionellen Fragen sowie zu sozial- und gesundheitspolitischen Entwicklungen der Selbsthilfeunterstützung und Selbsthilfeförderung. Die Themenhefte erscheinen unregelmäßig mit wechselnder Auflage.

Ausgewählte Themenhefte:

- Virtuell ist auch real – Selbsthilfe im Internet. Formen, Wirkungsweisen und Chancen. Eine fachliche Erörterung. NAKOS EXTRA, Band 38, Berlin 2011
- Selbsthilfe und soziales Engagement – Motor für die Zivilgesellschaft? Herausforderungen und Potenziale für Kooperationen von Selbsthilfekontaktstellen und Einrichtungen der



- Sozialen Arbeit in der Gemeinde. NAKOS EXTRA, Band 37, Berlin 2009 (nur als PDF-Datei zum Download)
- Familien und bürgerschaftliches Engagement. Hemmnisse überwinden – Kooperationen stärken – Netzwerke bilden. Engagement fördernde Einrichtungen arbeiten zusammen. NAKOS EXTRA, Band 36, Berlin 2007
 - Selbsthilfe, Familie, soziales Umfeld und bürgerschaftliches Engagement. Eine Studie auf Basis exemplarischer Interviews mit Selbsthilfegruppen-Mitgliedern, NAKOS EXTRA, Band 35, Berlin 2006

Eine vollständige Liste aller Publikationen dieser Reihe finden Sie in NAKOS QUELLEN Nr. 1.

NAKOS QUELLEN

In der Reihe NAKOS QUELLEN erscheinen in unregelmäßiger Folge Literaturhinweise und Dokumente zu inhaltlichen Aspekten der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und zu fachlichen Fragen der Selbsthilfeunterstützung und -förderung in Deutschland.

- NAKOS EXTRA Bibliografie. NAKOS QUELLEN Nr. 1. Berlin 2012, 27 S.
- Wirkung und Wirksamkeit von Selbsthilfegruppen. NAKOS QUELLEN Nr. 2. Berlin 2012, 23 S.
- Gemeinschaftliche Selbsthilfe und Migration. NAKOS QUELLEN Nr. 3. Berlin 2012, 15 S.
- Gemeinschaftliche Selbsthilfe und Internet. NAKOS QUELLEN Nr. 4. Berlin 2012, 15 S.
- Junge Menschen und gemeinschaftliche Selbsthilfe. NAKOS QUELLEN Nr. 5. Berlin 2012, 11 S.

DIE NAKOS IM INTERNET

Nutzen Sie unser umfangreiches Informationsangebot unter **www.nakos.de**.

Online-Bestellmöglichkeit

Viele unserer Informationsblätter und Broschüren können Sie über unseren Online-Warenkorb bestellen oder als PDF-Datei herunterladen. Orientieren Sie sich in der Rubrik „Service“.

Wissen zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe

In der Rubrik „Informationen“ finden Sie zahlreiche Hinweise und Erläuterungen zu Selbsthilfegruppen, Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfeorganisationen sowie Überblicksinformationen zur Selbsthilfe in Deutschland.

NAKOS Datenbanken auf www.nakos.de

In der **Rubrik Adressen** finden Sie unsere Selbsthilfedatenbanken sowie weitere Verknüpfungsmöglichkeiten

Datenbank ROTE ADRESSEN: Selbsthilfeunterstützung in Deutschland. Aktuelle Kontaktdaten und Informationen zu den Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfeunterstützungsstellen in Deutschland

Datenbank GRÜNE ADRESSEN: Gemeinschaftliche Selbsthilfe in Deutschland. Aktuelle Kontaktdaten und Informationen zu themenspezifischen Selbsthilfeorganisationen auf Bundesebene sowie Selbsthilfe-Internetforen



Datenbank BLAUE ADRESSEN: Seltene Erkrankungen und Probleme. Suche nach Gleichbetroffenen und Selbsthilfegruppen.

Gemeinsame Themenliste „Seltene Erkrankungen und Probleme – Betroffene suchen Betroffene“ mit Stichworten zu aktuellen Kontaktsuchen von Einzelpersonen nach Gleichbetroffenen

Weitere Internetseiten

Die Internetseite www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de richtet sich speziell an junge Menschen und bietet eine Liste junger Selbsthilfegruppen in Deutschland.

Auf der Kommunikationsplattform www.selbsthilfe-interaktiv.de finden Sie Hinweise auf vertrauenswürdige Foren zu unterschiedlichsten Themen und Anliegen. In öffentlichen Foren können Sie Fragen rund um Selbsthilfegruppen diskutieren.

Auf www.patient-und-selbsthilfe.de werden unter anderem Informationen zur Mitsprache von Selbsthilfegruppen im Gesundheitswesen aufbereitet und gebündelt.

Welche Probleme können mit einer finanziellen und inhaltlichen Zusammenarbeit mit Wirtschaftsunternehmen einhergehen? Die Internetseite www.selbsthilfe-bestimmt-selbst.de gibt Anregungen zum Nachdenken und für die Diskussion in Selbsthilfegruppen und hilft bei der Klärung von Fragen rund um Sponsoring und Autonomie.

MATERIALIEN DER DEUTSCHEN ARBEITSGEMEINSCHAFT SELBSTHILFEGRUPPEN E.V. (DAG SHG)

Die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) ist der Fachverband der Selbsthilfeunterstützung in Deutschland. Sie ist Träger der NAKOS, der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen, sowie der KOSKON, der Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in Nordrhein-Westfalen, vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und von der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, Gießen.

Die DAG SHG arbeitet themen- und problemübergreifend. Sie legt die Schwerpunkte ihrer Aktivitäten auf die fachliche Selbsthilfeunterstützung und das Sicherstellen von förderlichen Rahmenbedingungen für die Arbeit von Selbsthilfegruppen.

Folgende Materialien wurden von der DAG SHG herausgegeben und können ebenfalls über die NAKOS bezogen werden:

- selbsthilfegruppenjahrbuch (jährlich). Fachzeitschrift der DAG SHG
- Satzung der DAG SHG
- Faltblätter:
 - Reden und Handeln – Gemeinsamkeit stärken – Selbsthilfe aktivieren und unterstützen
 - Selbsthilfekontaktstellen – Anlaufstellen für Informationen und Vermittlung
- Broschüren:
 - Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.: 30 Jahre Gemeinnütziger Verein. Chronologie. Gießen 2012, 7 S.



- Selbsthilfekontaktstellen. Empfehlungen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. zu Ausstattung, Aufgabenbereichen und Arbeitsinstrumenten. Gießen 2015, 2. überarbeitete Auflage, 20 S.
- Generationenwechsel in der Selbsthilfe. Kommentierte Literaturzusammenstellung. Gießen 2012, 68 S.
- Geschlechterperspektive in der Selbsthilfe. Gießen 2005, 106 S.

ÜBER DIE NAKOS

Die NAKOS ist die einzige bundesweite Aufklärungs-, Service- und Netzwerkeinrichtung im Feld der Selbsthilfe in Deutschland. Sie ermöglicht Interessierten über die Kontaktvermittlung zu örtlichen Selbsthilfekontaktstellen und Anschriften von Selbsthilfeorganisationen auf Bundesebene Zugänge zu Selbsthilfegruppen und hält einen Anfragenservice vor. Sie entwickelt und publiziert allgemeine Informationen über Möglichkeiten und Nutzen von Selbsthilfegruppen und leistet so für viele Betroffene und Angehörige generelle Aufklärungsarbeit. Fachleuten gibt sie Orientierungshilfen zur Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen. Für die DAG SHG organisiert die NAKOS die Mitwirkung von Patientenvertreterinnen und Patientenvertretern in den Gremien mit Patientenbeteiligung auf Bundes- und Landesebene.

EINE BITTE IN EIGENER SACHE

Unsere Materialien werden in der Regel kostenfrei abgegeben. Wir bitten jedoch um eine freiwillige Erstattung der Versandkosten. Sie können Materialien auch im Internet unter www.nakos.de bestellen.

IMPRESSUM

NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen
Otto-Suhr-Allee 115
10585 Berlin
Tel 030 | 31 01 89 60 (Di, Mi, Fr 10-14, Do 14-17)
Fax 030 | 31 01 89 70
E-Mail: selbsthilfe@nakos.de
Internet: www.nakos.de
www.selbsthilfe-interaktiv.de
www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de
www.selbsthilfe-bestimmt-selbst.de
www.patient-und-selbsthilfe.de

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG)
Vereinsregister Gießen Nr.1344
Als gemeinnützig anerkannt FA Gießen St. Nr. 20 250 64693

Stand: Februar 2017