

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

- „Gemeinsam sind wir stark“: Die junge Selbsthilfegruppe des Monats März
- NAKOS Studien: Zahlen und Fakten Band 5 erschienen
- Übersicht zur GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene
- Tag der Seltenen Erkrankungen

### JUNGE SELBSTHILFE

#### **Junge Selbsthilfegruppe des Monats März**

Junge Aktive – Die Gruppe für junge Erwachsene mit Legasthenie und / oder Dyskalkulie

Die JA-Gruppe besteht aus Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter von 15 bis 35 Jahren mit Legasthenie und / oder Dyskalkulie, die aus ganz verschiedenen Ecken Deutschlands kommen. JA ist unsere Abkürzung für „Junge Aktive“, hat für die Gruppe aber noch eine ganz andere Bedeutung: „Wir sagen gemeinsam JA zu der Herausforderung, unsere Geschicke selbst in die Hand zu nehmen! Denn jeder in unserer Gruppe weiß, was es heißt, immer besonderen Einsatz zeigen zu müssen, um den Anforderungen gewachsen zu sein. Diese Herausforderung wurde bei den meisten von uns schon in der Grundschulzeit deutlich. Auch wenn die Schulzeit bereits geschafft ist, gibt es in der beruflichen Ausbildung, im Studium und im weiteren Werdegang immer wieder neue Hürden – die wir gemeinsam angehen und meistern können!“ Nach dem Motto „Gemeinsam sind wir stark“ bietet die Jugendgruppe die Möglichkeit, sich mit anderen jungen Betroffenen zu vernetzen und Tipps und Lösungsansätze auszutauschen, um den Alltag gut meistern zu können.

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 oder -initiative vor.

Die Gruppe des Monats März finden Sie hier:

<http://schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/selbsthilfegruppen/junge-aktive>

### PUBLIKATIONEN

#### **NAKOS Studien I Selbsthilfe im Überblick I Zahlen und Fakten 5**

Neue Ausgabe der Überblicksinformationen zum Feld der Selbsthilfe in Deutschland

Die gemeinschaftliche Selbsthilfe ist eine wesentliche Form des bürgerschaftlichen Engagements in Deutschland. Mit den NAKOS STUDIEN bietet die NAKOS Zahlen, Daten und Fakten über die Selbsthilfe und Selbsthilfeförderung in Deutschland.

Die in der fünften Ausgabe dokumentierten Ergebnisse basieren auf Angaben der Bundesvereinigungen der Selbsthilfe aus den GRÜNEN ADRESSEN sowie der Selbsthilfeunterstützungseinrichtungen aus den ROTEN ADRESSEN der NAKOS zu den im Jahr 2017 durchgeführten Befragungen.

Zum Download und zur Bestellung:

<https://www.nakos.de/publikationen/key@5255>

---

AUS POLITIK UND GESELLSCHAFT

### **Pauschalförderung der Selbsthilfebundesorganisationen im Jahr 2017**

Verband der Ersatzkassen veröffentlicht Übersicht zur GKV-Gemeinschaftsförderung  
Selbsthilfe auf Bundesebene

Der Verband der Ersatzkassen (vdek) hat auf seiner Internetseite die in 2017 verausgabten pauschalen Fördermittel aus der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene veröffentlicht. Die Fördermittelempfänger sind alphabetisch aufgeführt und es werden die erhaltenen Förderbeträge gezeigt. Insgesamt wurden 306 Selbsthilfebundesorganisationen mit 8,11 Millionen Euro unterstützt.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@5237>

---

### **Weltweiter Aktionsmonat für Endometriose**

Öffentliche Aktionen und Veranstaltungen im März

Der März ist weltweit der Monat, in dem mit öffentlichen Aktionen und Veranstaltungen auf Endometriose aufmerksam gemacht wird. Auch die Endometriose-Vereinigung Deutschland beteiligt sich an der internationalen Bewegung mit Veranstaltungen zum Austausch für Betroffene sowie Publikationen zur Aufklärung über die Krankheit.

„Wer jahrelang mit Schmerzen im Alltag umgehen muss, wird zur Expertin der eigenen Sache. Die sozialen Auswirkungen, z.B. auf Partnerschaft und Beruf, kennen Betroffene selbst am besten“, sagt Sabine Steiner, Vorstandsvorsitzende der Vereinigung. Neben einer 44-seitigen Broschüre gibt es aktuelle Informationsflyer, die in einfacher Sprache erklären, was Endometriose ist und wo betroffene Frauen Hilfe bekommen können. Dieses Faltblatt hat die Endometriose-Vereinigung auch ins Englische und Türkische übersetzt.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/var@patient/key@1007>

---

### **Rare Disease Day 2018**

Am 28. Februar war Tag der Seltenen Erkrankungen

Zum Tag der Seltenen Erkrankungen – Rare Disease Day 2018 waren Menschen zum 11. Mal weltweit aufgerufen, ihr Zeichen für alle betroffenen Menschen zu setzen: #ShowYourRare (Setz dein Zeichen für die Seltenen) lautet das offizielle Motto, das die europäische Gemeinschaft unter Federführung von EURORDIS in diesem Jahr ausgerufen hat. Menschen weltweit sind aufgefordert, sich im Rahmen einer Social-Media-Kampagne und „in Echt“ zu beteiligen, Farbe zu bekennen, zu zeigen, dass sie gemeinsam mit den 300 Millionen betroffenen Menschen weltweit kämpfen.

Weitere Informationen:

<https://www.rarediseaseday.org/>

---

## Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz

Vertreter/innen aus Politik, Wissenschaft und Praxis diskutierten die Empfehlungen zur Förderung von Gesundheitskompetenz

Vielen Menschen fällt es schwer, gesundheitsrelevante Informationen zu finden, zu verstehen, zu bewerten und zu nutzen. Um diese Situation zu verbessern, hat ein Expert/innenteam aus Wissenschaft und Praxis einen „Nationalen Aktionsplan Gesundheitskompetenz“ entwickelt. Der Aktionsplan wurde von Doris Schaeffer und Ullrich Bauer von der Universität Bielefeld, Klaus Hurrelmann von der Hertie School of Governance sowie Kai Kolpatzik vom AOK-Bundesverband herausgegeben und soll Akteur/innen aus allen Bereichen der Gesellschaft, politische Entscheidungsträger/innen, die im Gesundheitswesen Tätigen, Arbeitgeber- und Arbeitnehmerverbände sowie zivilgesellschaftliche Organisationen zur Zusammenarbeit bewegen und darin unterstützen, sich in einer konzertierten Aktion für die Gesundheitskompetenz in Deutschland einzusetzen.

Am 19. Februar wurde der Nationale Aktionsplan Gesundheitskompetenz öffentlich vorgestellt und anschließend von Vertreter/innen aus Politik, Wissenschaft und Praxis kommentiert und diskutiert. Der Aktionsplan konzentriert sich auf vier Bereiche: Er nimmt den Handlungsbedarf in den alltäglichen Lebenswelten, im Gesundheitssystem, beim Leben mit chronischer Erkrankung und in der Forschung in den Blick. In insgesamt 15 aufeinander abgestimmten Empfehlungen wird aufgezeigt, wie die Gesundheitskompetenz in Deutschland gestärkt werden kann.

Frau Professorin Marie-Luise Dierks, Mitglied des Expert/innenbeirats, betonte bei der Präsentation des Aktionsplans, besonders für chronisch erkrankte Menschen müsse etwas getan werden. Das Engagement in einer Selbsthilfegruppe sei eine wichtige Initiative, um eine „bedingt gelingende Gesundheit“ zu erlangen. Bestehende Selbsthilfestrukturen müssten in tragende und nachhaltige Finanzierungskonzepte überführt werden, um individuelle Gesundheitskompetenz bei dieser Zielgruppe zu fördern. In Deutschland leiden mehr als 12 Millionen Menschen an einer chronischen Erkrankung oder Behinderung (Quelle: Bundesteilhaberbericht 2016).

Weitere Informationen zum Nationalen Aktionsplan Gesundheitskompetenz:

<https://www.nap-gesundheitskompetenz.de>

---

## Nationales Gesundheitsportal: Konzeptentwurf liegt vor

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) hat seinen Entwurf für das Konzept eines nationalen Gesundheitsportals veröffentlicht. Das Portal soll verlässliche Informationen zu Gesundheits- und Präventionsfragen bündeln. Es gibt im Internet zwar heute bereits gute Informationen. Gleichzeitig zeigen Befragungen aber, dass Nutzerinnen und Nutzer große Schwierigkeiten haben, verlässliche Angebote herauszufiltern. Vordere Ränge auf Trefferlisten kommerzieller Suchmaschinen wie Google bieten keine Gewähr für gute Qualität.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@5209>

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@5236>



## 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:

Annette Mund: „Kindernetzwerk e.V. – der Dachverband der Eltern-Selbsthilfe“  
selbsthilfegruppenjahrbuch 2017, S. 45-50

<https://www.dag-shg.de/data/Fachpublikationen/2017/DAGSHG-Jahrbuch-2017-Mund.pdf>

### Videotipp

„7 Tage ... trocken“

Ein dokumentarischer Film des NDR mit der Unterstützung von KISS Hamburg, der Einblicke in eine Selbsthilfegruppe gibt.

[https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/7\\_tage/7-Tage-trocken.sendung710440.html](https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/7_tage/7-Tage-trocken.sendung710440.html)

## IMPRESSUM

### NAKOS NEWSLETTER | März 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,



---

themenübergreifend und unentgeltlich und gibt 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](#)