

# NAKOS NEWSLETTER

April 2020

Seite 1 von 5

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

- Corona: Informationsangebot auf [www.nakos.de](http://www.nakos.de)
- Corona: Videokonferenzen – Wie machen Sie das?
- Faltblatt für Fachkräfte im Gesundheitswesen erhältlich
- Viel los im „Lebensmutig“-Blog!
- Entschädigungen für Verurteilungen wegen homosexueller Handlungen

Wir wünschen Ihnen trotz der schwierigen Rahmenbedingungen eine schöne Osterzeit und vor allem: Bleiben Sie gesund!

## IN EIGENER SACHE

### Corona und Selbsthilfe

Informationsangebot auf [www.nakos.de](http://www.nakos.de)

Wir haben auf unserem Internetportal [www.nakos.de](http://www.nakos.de) eine Informationsseite zum Thema Selbsthilfe und Corona veröffentlicht. Dort finden Sie unter anderem erste Empfehlungen für virtuelle Gruppentreffen sowie Hinweise auf Ausnahmeregelungen für rechtliche Bestimmungen. Außerdem werden dort einige Beispiele vorgestellt, wie Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfeaktive mit der Krise umgehen. Weiter wird zu Internetforen der Selbsthilfe oder Krisentelefonen verlinkt.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/corona/>

### Videokonferenzen in der Selbsthilfe – Wie machen Sie das?

Jetzt, wo viele Selbsthilfegruppentreffen nicht stattfinden können, verlegen immer mehr Selbsthilfeaktive ihre Treffen in Videokonferenzen. Sie auch? Dann bitten wir Sie, Ihre Erfahrungen mit uns zu teilen: Welche Anwendungen nutzen Sie und sind Sie damit zufrieden? Welche Gesprächsregeln und Absprachen haben sich für Ihre digitalen Treffen bewährt?

Wir möchten die Erfahrungen, die aufgrund der Corona-Einschränkungen zurzeit in der Selbsthilfe gemacht werden, sammeln.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7236>

### Schließzeit der NAKOS vom 6. bis 17. April

Die Geschäftsstelle der NAKOS bleibt vom 6. bis zum 17. April geschlossen. Wir sind in dieser Zeit telefonisch und per E-Mail nicht erreichbar. Ihre Anfragen beantworten wir gerne wieder ab dem 20. April.

**Faltblatt „Selbsthilfegruppen – eine Möglichkeit für meine Patient\*innen?“ erhältlich**  
Antworten für Fachkräfte im Gesundheitswesen

Anfang März ist unser Faltblatt „Selbsthilfegruppen – eine Möglichkeit für meine Patient\*innen?“ erschienen. Das Faltblatt beantwortet häufige Fragen von Mediziner\*innen, Therapeut\*innen und anderen Fachkräften im Gesundheitswesen. Über unsere Internetseite kann das Faltblatt kostenlos bestellt werden.

Hier bestellen:

<https://www.nakos.de/publikationen/key@7192>

**Zahlen, Daten, Fakten – und ein paar Anekdoten**  
NAKOS-Jahresbericht 2019 veröffentlicht

„Neue Wege gehen. Gemeinschaftliche Selbsthilfe verändert sich“ – unter diesem Motto steht unser Jahresbericht 2019. Interessierte finden darin Zahlen, Daten, Fakten sowie Anekdoten aus unserer Arbeit im vergangenen Jahr.

Der NAKOS-Jahresbericht 2019 online:

<https://www.nakos.de/data/Online-Publikationen/2020/NAKOS-Jahresbericht-2019.pdf>

**KONTAKTE / ADRESSEN****Gesucht: Betroffene mit Vulvakarzinom und Fachleute**

NAKOS vernetzt Menschen mit seltenen Erkrankungen und Problemen

Eine Frau sucht bundesweit Austausch mit anderen Betroffenen mit Vulvakarzinom. Weiter gesucht sind Kontakte zu Ärzt\*innen, Psycholog\*innen, Wissenschaftler\*innen und Forscher\*innen. Andere Bezeichnungen sind: Vulväre intraepitheliale Neoplasie, Lichen sclerosus, Lichen sclerosus et atrophicus und Leukoplakie der Vulva.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/adressen/blau/idx@2737>

**JUNGE SELBSTHILFE****Viel los im „Lebensmutig“-Blog!**

Autor\*innen schreiben über Corona-Krise

Das Bundestreffen Junge Selbsthilfe musste leider auf den 4. bis 6. Dezember 2020 verschoben werden. Dafür ist die Junge Selbsthilfe gerade im „Lebensmutig“-Blog besonders aktiv. Natürlich beschäftigt auch die Blogger\*innen die Corona-Krise mit all ihren Auswirkungen. Die Autor\*innen schreiben sich ihre Sorgen von der Seele – von Existenzängsten bis Händewaschen.

Weitere Informationen:

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

### **Junge Selbsthilfegruppe des Monats April** TRANS\* JA UND?!

TRANS\* – JA UND?! ist ein Projekt für Empowerment und gegen Diskriminierung von jungen Trans\*. Seit 2015 finden im Rahmen des Projekts Medienworkshops, Freizeitangebote, Sommercamps und Vernetzungstreffen statt.

Die Gruppe des Monats April finden Sie hier:

<https://schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/gruppe-des-monats/trans-ja-und/>

#### AUS DER ARBEIT DER DAG SHG

### **Jahrestagung abgesagt**

Ersatztermin wird noch gesucht

Auch die geplante Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen im Juni in Bremen musste abgesagt werden. Ein Ersatztermin wird gegenwärtig noch gesucht – für das Jahr 2021.

#### AUS POLITIK UND GESELLSCHAFT

### **Entschädigung für Verurteilung wegen homosexueller Handlungen**

Bundesamt für Justiz für Auszahlungen zuständig

Wer wegen einvernehmlicher homosexueller Handlungen in der BRD oder DDR verurteilt wurde, kann Entschädigungsleistungen beantragen. Die Entschädigungsleistungen können beim Bundesamt für Justiz (BfJ) beantragt werden. Auch für außergewöhnliche Beeinträchtigungen ohne Verurteilung sind Entschädigungsleistungen möglich.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7235>

### **Virtueller Austausch von pflegenden Angehörigen**

Verein wir pflegen weist auf Smartphone-App „in.kontakt“ hin

Der Verein wir pflegen weist angesichts der Corona-Krise auf die Smartphone-App „in.kontakt“ hin, die pflegenden Angehörigen den virtuellen Austausch ermöglicht. Die App sei ein „Weg aus der häufig erlebten Isolation“, heißt es in einer Mitteilung des Vereins, „gerade jetzt, wo viele unterstützende Dienste der häuslichen Pflege wegfallen und pflegende Angehörige von zunehmender Überbelastung, Unsicherheit und Isolation betroffen sind“.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7251>

**Studie zu gemeinschaftlicher Selbsthilfe von Terroropfern**

Hildesheimer Hochschule HAWK präsentiert die Ergebnisse

Die Hildesheimer Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst und das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf haben eine Studie zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe von Terroropfern durchgeführt. Die so genannte ExTer-Studie wurde jetzt veröffentlicht.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7199>

**ZU GUTER LETZT****Lesetipp | Selbsthilfe und Soziale Medien**

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

Ehrhardt, Kirsten: Selbsthilfe in Zeiten von Twitter, Facebook und Co. In: selbsthilfegruppenjahrbuch 2019, Gießen 2019, S. 40-46

<https://www.dag-shg.de/data/Fachpublikationen/2019/DAGSHG-Jahrbuch-2019-Ehrhardt.pdf>

**Videotipp | „Corona-Krise und die Not der Selbsthilfegruppen“**

MDR stellt die Situation für Menschen mit Depressionen dar

Im ersten Teil des MDR-Beitrags „Corona-Krise und die Not der Selbsthilfegruppen“ berichtet der Teilnehmer einer Selbsthilfegruppe für Depressionen, wie er mit der gegenwärtigen Situation umgeht.

Zum Video:

[https://www.youtube.com/watch?v=L\\_8wMej8c3s](https://www.youtube.com/watch?v=L_8wMej8c3s)

**IMPRESSUM****NAKOS NEWSLETTER | April 2020****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 2020

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

Redaktion und Versand dieses elektronischen Newsletters werden aus  
Mitteln der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe 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](#)