

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

- „Hygienepläne“: Empfehlungen für die Durchführung von Gruppentreffen erarbeitet
- Digitales Engagement junger Menschen wird immer wichtiger
- Weitere Patienteninformationen in Leichter Sprache erschienen
- Bundesteilhabepreis 2020 ausgeschrieben

## CORONA

### **Selbsthilfekontaktstellen nehmen regulären Betrieb wieder auf** NAKOS gibt Überblick über aktuelle Regelungen in den Bundesländern

Nach und nach werden in den Bundesländern Verordnungen verabschiedet, die Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfegruppen unter bestimmten Voraussetzungen wieder ihren Betrieb oder Gruppentreffen ermöglichen.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/corona/key@7337>

---

### **Hygieneempfehlungen für die Durchführung von Gruppentreffen** Beispiele von Selbsthilfekontaktstellen

Zwei Monate waren keine Gruppentreffen möglich, in den letzten Wochen hat sich die Situation verändert. Bundesweit haben viele Selbsthilfekontaktstellen Empfehlungen erarbeitet, wie Gruppentreffen möglichst sicher durchgeführt werden können. Wir verweisen auf unserer Internetseite auf besonders umfangreiche Empfehlungen, an denen sich auch andere orientieren können.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/corona/key@7293>

---

### **Videokonferenzanbieter – die Qual der Wahl** Paritätischer gibt Entscheidungshilfe

Inzwischen gibt es zahllose Listen mit Videokonferenzanbietern, welche die Wahl eines Dienstes zum Beispiel für virtuelle Gruppentreffen aber nicht immer erleichtern. Der Paritätische Gesamtverband bietet auf seiner Internetseite jetzt eine Entscheidungshilfe.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7339>

---

**KONTAKTE / ADRESSEN****Neu-/Wiederaufnahmen in den GRÜNEN ADRESSEN**

In der NAKOS-Datenbank GRÜNE ADRESSEN finden Sie die Kontaktdaten von bundesweit tätigen Selbsthilfevereinigungen im Sozial- und Gesundheitsbereich sowie Hinweise zu Selbsthilfe-Internetforen und weiteren Institutionen mit Selbsthilfebezug. Folgende Organisationen wurden in den vergangenen Wochen neu aufgenommen:

- Lichen sclerosus Deutschland
- Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen (DGBS)
- DGBS Bipolar – Forum

Alle Neuaufnahmen zum Nachlesen:

<https://www.nakos.de/adressen/neuaufnahmen/>

**JUNGE SELBSTHILFE****„Das Ende von Stigmata bedeutet für mich Freiheit“**

Aktuelles Thema im „Lebensmutig“-Blog

„Das Ende von Stigmata in den Köpfen der Menschen bedeutet für mich Freiheit: Mich frei entfalten, zeigen und leisten können“, schreibt *BuchstabenspielerIn*, eine der Autor\*innen im „Lebensmutig“-Blog. Auch die anderen äußern sich zum Monatsthema Entstigmatisierung. „Dem Arbeitgeber Bescheid sagen oder nicht?“, fragt etwa *HighHopesInBlueSkys* im Hinblick auf psychische Erkrankungen.

Klicken Sie hier, um alle Beiträge zu lesen und zu kommentieren:

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

**Junge Selbsthilfegruppe des Monats Juni 2020**

Treff junger Patienten, Dortmund

In Dortmund treffen sich Krebs-Patient\*innen im Alter von 18 bis 40 Jahren. Einige haben ihre Therapie bereits hinter sich, andere sind mittendrin oder haben gerade erst die Diagnose erhalten. Zwei Psychoonkolog\*innen stehen der Gruppe als Ansprechpersonen zur Verfügung, zudem gelegentlich Ärzt\*innen und eine Krankenpflegerin.

Die Gruppe des Monats Juni finden Sie hier:

<https://schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/gruppe-des-monats/treff-junger-patienten/>

---

**AUS POLITIK UND GESELLSCHAFT****„Der digitale Zugang zum Engagement wird immer wichtiger“**

Junge Menschen brauchen neue Engagementformen in zivilgesellschaftlichen Organisationen

Junge Menschen engagieren sich heute nicht weniger als früher. Das sagt die Sozialpädagogik-Professorin Wibke Riekmann, die als Mitglied in der Sachverständigenkommission am dritten Engagementbericht der Bundesregierung mitgearbeitet hat. Allerdings haben junge Menschen andere Ansprüche an ein Engagement: „Die wollen sich engagieren, wenn sie wirklich Einfluss bekommen, wenn sie Spaß am Engagement haben und wenn sie ihre Themen mitbestimmen können.“

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7342>

---

**Studie empfiehlt: Zivilgesellschaft in Krisenbewältigung einbinden**

Auch Selbsthilfeorganisationen berichten von starken Problemen durch Corona

Die Corona-Krise bedroht einige gemeinnützige Organisationen existenziell. Von starken Problemen berichten unter anderem Jugend- und Bildungsstätten, Kultureinrichtungen und Selbsthilfeorganisationen. Die Politik sollte die Zivilgesellschaft stärker als mitgestaltenden Akteur in der Bewältigung der Corona-Krise erkennen und einbinden, beispielsweise durch einen Zivilgesellschaftsgipfel im Bundeskanzleramt.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7341>

---

**Weitere ÄZQ-Patienteninformationen in Leichter Sprache**

Rückenschmerzen, Asthma und Lebererkrankungen sind die Themen

Das Ärztliche Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ) hat drei neue Informationsblätter für Patient\*innen in Leichter Sprache veröffentlicht. Die Kurzinformationen behandeln die Themen Rückenschmerzen, Asthma und Lebererkrankungen.

Weitere Informationen:

<https://patient-und-selbsthilfe.de/aktuelles/nachrichten/key@1099>

---

**Bundesteilhabepreis 2020 ausgeschrieben**

Thema in diesem Jahr: Barrierefrei reisen

Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales hat den Bundesteilhabepreis 2020 ausgeschrieben. Gesucht werden Gute-Praxis-Beispiele und Modellprojekte, die vorbildlich für den inklusiven Sozialraum und bundesweit auf Kommunen oder Regionen übertragbar sind.

Thema in diesem Jahr: "Perspektive auch in Corona-Zeiten: Barrierefrei reisen in Deutschland".

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7289>

---

**Vernetzungstreffen der Deutschen Angst-Hilfe**

Drei Termine im dritten Quartal

Die Deutsche Angst-Selbsthilfe veranstaltet im dritten Quartal 2020 drei Vernetzungstreffen an verschiedenen Orten. Mit den Treffen kommt der Verein dem Wunsch vieler Angstselbsthilfeaktiver nach, sich mit anderen Gruppen auszutauschen.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/termine/key@7334>

**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:

Matzat, Jürgen: Selbsthilfe – was es ist, und was es nicht ist. In: selbsthilfegruppenjahrbuch 2019, Gießen 2019, S. 154-161

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

**Videotipp**

Selbsthilfekontaktstelle im „Sendung mit der Maus“-Stil erklärt

Wochenlang waren Selbsthilfekontaktstellen geschlossen. Manche haben vielleicht gar vergessen, wie so eine Selbsthilfekontaktstelle normalerweise arbeitet. Kleine Auffrischung gefällig? Die Selbsthilfekontaktstellen KISS Mittelfranken erklären ihre Arbeit unterhaltsam mit einem Video im „Sendung mit der Maus“-Stil.

Zum Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=emfjPqvefEo>

**IMPRESSUM****NAKOS NEWSLETTER | Juni 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](#)