

Sehr geehrte Interessierte, liebe Leser*innen,
wir freuen uns, Ihnen unseren September-Newsletter präsentieren zu können.
Gerne informieren wir Sie unter anderem über folgende Themen:

- NAKOS STUDIEN in neuer Auflage erschienen
- Virtuelle Selbsthilfetag im Herbst
- Poetry Slam zu Depressionen
- „Selbsthilfe im Wohnzimmer“: Projekt SoberGuides

Ihre Newsletter-Redaktion

IN EIGENER SACHE

NAKOS STUDIEN | Selbsthilfe im Überblick in 6. Auflage erschienen

Aktuelle Zahlen und Fakten zur Unterstützung und Förderung der Selbsthilfe

Die NAKOS hat eine neue Ausgabe ihrer „Zahlen und Fakten“ herausgegeben. In der 6. Ausgabe der Reihe NAKOS STUDIEN. In „Selbsthilfe im Überblick“ sind die Ergebnisse von Befragungen, die wir in 2019 durchgeführt haben, gebündelt und aufbereitet.

Einen Schwerpunkt bilden dabei Angaben der Selbsthilfeunterstützungseinrichtungen aus den ROTEN ADRESSEN der NAKOS. Jährlich beantworten die bundesweit mehr als 300 Selbsthilfekontakt- und -unterstützungsstellen 176.000 Anfragen zu Selbsthilfegruppen, das entspricht im Durchschnitt gut 600 Anfragen.

Neben weiteren Ergebnissen zu unserer Befragung der Bundesvereinigungen der Selbsthilfe aus den GRÜNEN ADRESSEN enthält die Fachpublikation außerdem wiederum Daten zur Förderung der Selbsthilfe durch verschiedene Kostenträger und einen aktualisierten schematischen Überblick zu den Strukturen der Selbsthilfe in Deutschland. Erstmals widmet sich ein eigenes Kapitel der Förderung der gemeinschaftlichen Pflegeselbsthilfe.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7646>

SELBSTHILFE UND CORONA

"Rettungs-Ring" statt Stuhlkreis

Selbsthilfeaktive bauen Unterstützungsangebot für psychisch Kranke auf

Selbsthilfeaktive aus Baden-Württemberg haben während der Corona-Krise das Angebot Rettungs-Ring.de für psychisch kranke Menschen ins Leben gerufen. Das Angebot ermöglicht Betroffenen den Austausch über Videokonferenzen.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7618>

Bildschirm statt Fußgängerzone

Virtuelle Selbsthilfetage im Herbst

Für den Herbst haben einzelne Selbsthilfekontaktstellen virtuelle Selbsthilfetage geplant. Fünf hessische Selbsthilfekontaktstellen veranstalten am 14. November 2020 den „Ersten virtuellen Selbsthilfetag“. Auch KIBIS Hannover hat einen Online-Selbsthilfetag im Oktober angedacht.

Weitere Informationen:

<https://www.paritaet-selbsthilfe.org/selbsthilfetag/>https://www.kibis-hannover.de/home/?no_cache=1

Schweizer Verein „Leben mit Corona“ gegründet

Initiierung von Selbsthilfegruppen als ein Vereinszweck

In der Schweiz haben Angehörige von Covid-19-Langzeiterkrankten den Verein „Leben mit Corona“ gegründet. „Der Verein bietet Langzeiterkrankten und ihren Angehörigen Unterstützung, Informationen und Hilfe“, heißt es auf der Internetseite über Ziel und Zweck. „Dazu gehört die Begleitung von Betroffenen in kritischer Lebenssituation, das initiieren von Selbsthilfegruppen, die Vernetzung mit und die Beratung durch Fachpersonen, eine aktive Öffentlichkeitsarbeit, die Organisation von Fachveranstaltungen sowie der Informationsaustausch in öffentlichen Foren.“

Weitere Informationen:

www.leben-mit-corona.ch

KONTAKTE / ADRESSEN**Gesucht: Pneumokokkenmeningitis**

Bundesweiter Informations- und Erfahrungsaustausch

Ein Erwachsener mit Pneumokokkenmeningitis sucht bundesweit andere Betroffene, Angehörige und Mediziner*innen zum Informations- und Erfahrungsaustausch. Weitere Bezeichnungen und Symptome sind nicht näher bezeichnete Polyneuritis, Polyradikulitis, Gangstörung, Schwindelgefühle und geistige Erschöpfung.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/adressen/blau/idx@2741>

Gesucht: Tarsale Koalition

Bundesweiter Informations- und Erfahrungsaustausch

Eine Erwachsene mit Tarsaler Koalition sucht bundesweit andere Betroffene, Angehörige und Fachleute zum Informations- und Erfahrungsaustausch. Weitere Bezeichnungen sind Tarsale Synostosis, Kalkaneonavikuläre Koalition, Talokalkaneare Koalition, Talonavikuläre Koalition, Kalkaneokubiodale Koalition und Navikulokuneiforme Koalition.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/adressen/blau/idx@2742>

JUNGE SELBSTHILFE**Junge Selbsthilfegruppe des Monats September**

Internationale Selbsthilfegruppe „Depression and Anxiety“, Aachen

Prüfungsstress, unsichere Zukunftsperspektiven, Kontaktschwierigkeiten und finanzielle Sorgen sind nur einige Gründe dafür, dass psychische und seelische Erkrankungen unter Studierenden weit verbreitet sind. Glücklicherweise haben sich in den letzten Jahren zahlreiche studentische Selbsthilfegruppen gegründet. Um Selbsthilfe auch internationalen Studierenden mit geringen Deutschkenntnissen zugänglich zu machen, entstand in Aachen die Idee, eine englischsprachige Selbsthilfegruppe zu gründen.

Die Gruppe des Monats September finden Sie hier:

<https://schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/gruppe-des-monats/internationale-selbsthilfegruppe-depression-and-anxiety/>

AUS POLITIK UND GESELLSCHAFT**Dichterschlacht um Depressionen**

KIBIS Hannover überträgt Poetry Slam am 30. September online

Die Selbsthilfekontaktstelle KIBIS Hannover bereitet einen Poetry Slam mit dem Titel "Ich und Depression?" vor. In zwei Runden treten vier Poet*innen aus dem deutschsprachigen Raum an. Die sogenannte Dichterschlacht wird am 30. September 2020 um 19.30 Uhr ausgefochten und online übertragen.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7643>

„Wir bringen Selbsthilfe ins Wohnzimmer“

Guttempler starten Suchtbegleiterprojekt SoberGuides

„Wir bringen die Selbsthilfegruppen ins heimische Wohnzimmer“ heißt es in einer Pressemitteilung über das Projekt SoberGuides der Guttempler. Das Konzept ist: Hilfesuchende, die weniger oder gar keine Suchtmittel mehr konsumieren wollen, können sich über die Internetseite des Projekts eine*n ehrenamtliche*n Suchtbegleiter*in aussuchen, eine*n SoberGuide. Diese SoberGuides begleiten drei Monate lang die Hilfesuchenden telefonisch oder per E-Mail oder durch Chats und Foren.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7619>

Evaluation des Projektes „Online-Selbsthilfeinitiativen für pflegende Angehörige“

Verein wir pflegen lädt zu Veranstaltung ein

Der Verein wir pflegen lädt zu einer Evaluationsveranstaltung des Projektes „Online-Selbsthilfeinitiativen für pflegende Angehörige“ vom 28. bis 30. September 2020 ein.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/termine/key@7650>

Woche des bürgerschaftlichen Engagements startet am 11. September

Erstmals digitale Veranstaltungsplattform entwickelt

Am 11. September 2020 beginnt die 16. Woche des bürgerschaftlichen Engagements, dieses Jahr als digitale Veranstaltungswoche. Die Mitmach-Kampagne »Engagement macht stark!« – ausgerichtet vom Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement verfolgt auch 2020 das Ziel, die Vielfalt und Bedeutung von Engagement sichtbar zu machen und zu würdigen. Dafür wurde eine eigene Veranstaltungsplattform entwickelt – mit vielfältigen Austausch – und Vernetzungsangeboten.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/termine/key@7174>

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:

Pieper, Axel: Männer in der Selbsthilfe – Wie kann das funktionieren?

In: selbsthilfegruppenjahrbuch 2020, Gießen 2020, S. 121-130

<https://www.dag-shg.de/data/Fachpublikationen/2020/DAGSHG-Jahrbuch-2020-Pieper.pdf>

Videotipp

Selbsthilfe-Song „Zusammen“ mit neuem Video

Der Musiker Rhobbin hatte vor zwei Jahren den Selbsthilfe-Song „Zusammen“ veröffentlicht. Der Song fand innerhalb der Selbsthilfeszene große Beachtung. Jetzt hat der Musiker gemeinsam mit jungen Selbsthilfeaktiven ein neues Video dazu gedreht.

Zum Video:

https://www.youtube.com/watch?v=pf3CFI2FG_Q&feature=youtu.be

IMPRESSUM**NAKOS NEWSLETTER | September 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

Das Wissensportal zur Selbsthilfe:
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](#)