

NAKOS NEWSLETTER

März 2021



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

Liebe Leser*innen,

wir freuen uns, Ihnen unseren März-Newsletter präsentieren zu können. Gerne informieren wir Sie unter anderem über folgende Themen:

- Ergebnisse der NAKOS-Befragung von Selbsthilfekontaktstellen veröffentlicht
- Stellenausschreibungen: Sachbearbeitung und Redaktion in Berlin
- Neue Selbsthilfegruppen für "Post-Covid" / "Long-Covid"
- Neu in unserer Datenbank: Urtikaria, Junge Erwachsene mit Krebs, Nierenkrebs, Morbus Fabry, Smith-Magenis-Syndrom, Lungenkrebstherapie
- Ideen für mehr interkulturelle Selbsthilfe

IN EIGENER SACHE

NAKOS-Befragung: Selbsthilfegruppen sind wichtige Stütze in der Pandemie

Ergebnisse der bundesweiten Befragung von Selbsthilfekontaktstellen veröffentlicht

Im Januar hatten wir bundesweit Selbsthilfekontaktstellen befragt zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung während der Pandemie. 174 Selbsthilfeberater*innen haben sich beteiligt, jetzt liegen die Ergebnisse vor. In der Studie wurde nach den Veränderungen in der Arbeit von Selbsthilfekontaktstellen gefragt, nach Anfragen, Formen des Gruppenaustauschs und Neugründungen von Gruppen.

Die Studie zeigt: Trotz Kontaktbeschränkungen sind Selbsthilfegruppen gerade für Menschen in der Pandemie eine wichtige Stütze, und Selbsthilfekontaktstellen erbringen weiter verlässliche Beratungsangebote. Am häufigsten wurden Gruppengründungen unterstützt zu Themen wie Isolation/Vereinsamung, wirtschaftliche Sorgen, Existenzängste, häusliche Gewalt, Depression, Phobien, Trauer und Hochsensibilität. Ein Kuriosum aus der Befragung: Schrebergärten und Scheunen wurde in der Not vereinzelt zu neuen Orten für Gruppentreffen.

[nakos.de](https://www.nakos.de)



Stellenausschreibung: Sachbearbeitung

Arbeitsfelder "Selbsthilfe pflegender Angehöriger" und "Junge Selbsthilfe"

Wir suchen Verstärkung für unser Team: Für die Arbeitsfelder "Selbsthilfe pflegender Angehöriger" und "Junge Selbsthilfe" ist zum nächstmöglichen Zeitpunkt die Position eines*einer Sachbearbeiters*in zu besetzen. Die Vollzeitstelle ist bis 31. Dezember 2022 befristet – mit der Option der Verlängerung. Arbeitsort ist Berlin-Charlottenburg.

[nakos.de](https://www.nakos.de)



Stellenausschreibung: Redaktion

Online- und Printmedien

... und noch eine Stellenausschreibung: Zum nächstmöglichen Zeitpunkt ist auch die Position eines* einer Redakteur*in für Online- und Printmedien zu besetzen. Die Teilzeitstelle mit mindestens 75 Prozent Wochenarbeitszeit ist zunächst auf zwei Jahre befristet – mit der Option der Verlängerung. Arbeitsort ist Berlin-Charlottenburg.

[nakos.de](#)



SELBSTHILFE UND CORONA



Neue Selbsthilfegruppen für "Post-Covid" / "Long-Covid"

Bundesweite Übersicht auf www.nakos.de

An immer mehr Orten wollen sich Menschen mit "Post-Covid"- oder "Long-Covid"-Symptomen in einer Selbsthilfegruppe austauschen. Neue Initiativen zur Gruppengründung gibt es etwa in Düren, München, Tuttlingen und Wittmund-Wilhelmshaven. Unsere bundesweite Übersicht auf www.nakos.de umfasst mittlerweile um die 20 geplante und bestehende Selbsthilfegruppen von Covid-19-Langzeiterkrankten,

Angehörigen und anderweitig Betroffenen.

Bitte informieren Sie uns [per E-Mail](#), wenn Ihnen weitere Selbsthilfegruppen bekannt sind.

[nakos.de](#)



Online-Austausch von Covid-19-Langzeiterkrankten am 18. März 2021

KISS Salzgitter lädt zu zweitem Treffen ein

Der Selbsthilfekontaktstelle KISS Salzgitter bietet am 18. März 2021 zum zweiten Mal einen Online-Austausch für Covid-19-Langzeiterkrankte an. Ein erstes Treffen fand im Februar statt und wurde positiv angenommen. Das Angebot richtet sich in erster Linie an Betroffene in der Region. Nach Absprache ist eine Teilnahme auch für Betroffene aus anderen Gegenden möglich. Die Veranstaltung wird über das datenschutzkonforme Videokonferenzsystem BigBlueButton angeboten.

[nakos.de](#)



KONTAKTE / ADRESSEN



Urtikaria | Nesselsucht | Quaddelsucht

Bundesweiter Informations- und Erfahrungsaustausch gesucht

Neu in unserer Datenbank BLAUE ADRESSEN: Eine erwachsene Person mit Urtikaria sucht Betroffene sowie Fachleute zum bundesweiten Informations- und Erfahrungsaustausch. Weitere Begriffe sind unter anderem Nesselsucht oder Quaddelsucht.



GRÜNE ADRESSEN
Gemeinschaftliche Selbsthilfe
in Deutschland

Junge Erwachsene mit Krebs, Nierenkrebs, Morbus Fabry, Smith-Magenis-Syndrom, Lungenkrebstherapie

Fünf Selbsthilfvereinigungen neu in unserer Datenbank

Gleich fünf Selbsthilfvereinigungen, die bundesweit tätig sind, wurden neu in unsere Datenbank GRÜNE ADRESSEN aufgenommen:

- Deutsche Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs
- Das Lebenshaus e.V. – Organisation für Nierenkrebs-Patienten und deren Angehörige
- Morbus Fabry Selbsthilfegruppe e.V.
- Sirius e.V. – Verein für Selbsthilfe, Information und Rat im Umgang mit dem Smith-Magenis-Syndrom
- ZielGENau e.V. – Patienten-Netzwerk Personalisierte Lungenkrebstherapie



Selbsthilfekontaktstelle für den Landkreis Oldenburg

Neu seit 2020

Neu in unserer Datenbank ROTE ADRESSEN ist die Selbsthilfekontaktstelle für den Landkreis Oldenburg. Die Fachstelle besteht seit 2020 und hat ihren Sitz in Wildeshausen.



JUNGE SELBSTHILFE

SCHON MAL AN SELBSTHILFE GRUPPEN GEDACHT?

Das Portal für Junge Selbsthilfe

sag ich's meinem Kinde? Wann, wie, welche Details, wieviel Offenheit darf sein? Spreche ich meine Krebserkrankung in Kita/Schule an? Braucht mein Kind professionelle Begleitung?"

Junge Selbsthilfegruppe des Monats März

Busenfreundinnen. Brustkrebs-Selbsthilfegruppe für junge Frauen in Potsdam und Umgebung

Jeden Monat stellt sich auf dem Portal www.schon-mal-an-selbsthilfgruppen-gedacht.de eine junge Gruppe vor. Im März präsentieren sich die "Busenfreundinnen", eine Brustkrebs-Selbsthilfegruppe für junge Frauen in Potsdam und Umgebung. Die Teilnehmerinnen tauschen sich etwa aus über medizinische Fragen und Partnerschaft und Sex. Und: "Wir sprechen auch über Kind & Kegel: Wie



AUS DER ARBEIT DER DAG SHG

Stellenausschreibung: Geschäftsführung / Referent*in in Berlin

Bundeskoordinationsstelle des Netzwerks Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen



Bundeskoordinationsstelle des Netzwerks
Selbsthilfefreundlichkeit[®]
und Patientenorientierung
im Gesundheitswesen

Die Bundeskoordinationsstelle des Netzwerks Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen (SPiG) sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine*n Geschäftsführung / Referent*in. Arbeitsort ist Berlin-Zehlendorf, Homeoffice ist möglich. Die

Bundeskoordinationsstelle des Netzwerks SPiG ist eine der fünf Einrichtungen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

selbsthilfefreundlichkeit.de



Bitte vormerken: Online-Fachtag am 22. Juni 2021

Die traditionelle Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. musste leider auch in diesem Jahr als Präsenzveranstaltung abgesagt werden. Allerdings ist eine Alternative geplant: Am 22. Juni 2021 soll ein digitaler Fachtag durchgeführt werden. Weitere Details werden voraussichtlich im April bekannt gegeben.

AUS POLITIK UND GESELLSCHAFT

Ideen für mehr interkulturelle Selbsthilfe – auch im ländlichen Raum

Rückblick auf die Tagung "Vielfalt in der Selbsthilfe"

Mit der Online-Tagung "Vielfalt in der Selbsthilfe" wurden im Januar Ideen gesucht, wie mehr Menschen mit Migrationshintergrund an die gemeinschaftliche Selbsthilfe herangeführt werden können. Ein Schwerpunkt war dabei die Situation im ländlichen Raum: "Um trotz dieser Schwierigkeiten die Selbsthilfe im ländlichen Raum langfristig zu stärken, ist ein Fokus auf die aufsuchende Arbeit nötig", heißt es im Tagungsbericht der Schader-Stiftung, der jetzt veröffentlicht wurde.

Organisiert wurde die Veranstaltung von der Schader-Stiftung gemeinsam mit dem Freiwilligenzentrum Darmstadt und dem Selbsthilfebüro Darmstadt. Die NAKOS hatte die Tagung fachlich unterstützt.

nakos.de



Große Koalition einigt sich auf Lobbyregister

Forderungen nach exekutivem Fußabdruck wurden nicht berücksichtigt

Die Große Koalition hat sich auf ein verpflichtendes Lobbyregister geeinigt. Professionelle Interessenvertreter*innen sollen künftig ihren Namen, Informationen zu ihren Tätigkeiten und Auftraggeber*innen angeben müssen. Das soll für Kontakte zu Ministerien bis zur Ebene der Unterabteilungsleitungen gelten. Ein sogenannter exekutiver Fußabdruck, der von Nichtregierungsorganisationen gefordert wurde, ist hingegen nicht vorgesehen. Der Bundestag könnte noch im März 2021 über das Lobbyregister abstimmen.

nakos.de



Internetseiten: Impressum überprüfen!

Nach Medienstaatsvertrag muss Verantwortliche*r genannt werden

Anbieter von Internetseiten sollten überprüfen, ob das Impressum den Gesetzesgrundlagen entspricht, die sich im Vorjahr geändert haben. Nach dem Medienstaatsvertrag (MStV) muss ein*e Verantwortliche*r mit Namen und Anschrift genannt werden. Falsch ist es, wenn hierbei weiter auf den veralteten Rundfunkstaatsvertrag verwiesen wird, der 2020 vom Medienstaatsvertrag abgelöst wurde.



Verband der Ersatzkassen veröffentlicht Transparenzliste 2020 zur Pauschalförderung

Gesetzliche Krankenkassen fördern Basisarbeit mit insgesamt 12 Millionen Euro

Der Verband der Ersatzkassen (vdek) hat die Transparenzliste 2020 der Pauschalförderung der gesundheitlichen Selbsthilfe auf Bundesebene auf seiner Internetseite veröffentlicht. 2020 erhielten 300 Selbsthilfeorganisationen und Dachorganisationen der Selbsthilfe Fördermittel nach § 20h SGB V zur Gewährleistung ihrer Basisarbeit. Insgesamt wurden die Organisationen mit 11,99 Millionen Euro gefördert. Ergänzt wird die Pauschalförderung durch die kassenindividuelle Projektförderung.

vdek.com



ZU GUTER LETZT



Das Selbsthilfegruppenjahrbuch 2020

Lesetipp

Die Wiederbelebung einer Selbsthilfegruppe

Wir präsentieren jeden Monat einen Artikel aus dem aktuellen Selbsthilfegruppenjahrbuch. Im März geht es um die Wiederbelebung einer Selbsthilfegruppe:

Mehr als zwei Jahrzehnte ist die Regionalgruppe eines bundesweiten Selbsthilfevereins aktiv. Dann stirbt die Leiterin, das Gruppengeschehen kommt zum Erliegen. Zwei Betroffene werden gefragt, ob sie die Gruppenleitung übernehmen, sie machen eine Schulung, bringen frische Ideen ein – und die Gruppe erwacht zu neuem Leben. Hannah-Lena Ruß erzählt im "selbsthilfegruppenjahrbuch" von der Wiederbelebung einer Selbsthilfegruppe zu Lupus Erythematodes.

dag-shg.de



Hörtipp

Selbsthilfekontaktstellen im Podcast erklärt

In der aktuellen Folge von "Neben Dir – der Podcast für Angehörige" werden die Aufgaben von Selbsthilfekontaktstellen erklärt. Drei Mitarbeitende aus den örtlichen Selbsthilfekontaktstellen in Bautzen und Görlitz sowie der Landeskontaktstelle Selbsthilfe Sachsen sprechen über ihre Arbeit. Dabei geht es besonders um Selbsthilfeangebote für Angehörige.

Die Folge auf Spotify hören



Selbsthilfegruppen

Otto-Suhr-Allee 115
10585 Berlin

Telefon: 030 / 31 01 89 60

Fax: 030 / 31 01 89 70

E-Mail: selbsthilfe@nakos.de

Das Wissensportal zur Selbsthilfe:

www.nakos.de

Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG)

Redaktion und Versand dieses elektronischen Newsletters werden aus Mitteln der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene gefördert.

[Impressum](#) | [Datenschutz](#) | [Nutzungsbedingungen](#)



[NAKOS auf Twitter](#)



[Junge Selbsthilfe auf Twitter](#)



[Junge Selbsthilfe auf Facebook](#)