

## Pressemitteilung – 08.12.2021

### **Berlin/Würzburg. Kick-Off-Veranstaltung vernetzt Aktive in der Covid-19-Selbsthilfe**

Am 2.12.2021 veranstaltete die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) in Kooperation mit der Selbsthilfekoordination Bayern (SeKo Bayern) eine Kick-Off-Veranstaltung zur Covid-19-Selbsthilfe. Die Online-Konferenz richtete sich an Menschen, die an Covid-19 erkrankt waren und sich in Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeinitiativen zusammengeschlossen haben.

Dieses virtuelle Treffen bot der deutschsprachigen Covid-19-Community einen Rahmen, um sich kennenzulernen, auszutauschen und sich weiter zu vernetzen. Selbsthilfeinitiativen hatten die Gelegenheit, sich und ihre Arbeit vorzustellen und gemeinsam Ziele ihres Engagements zu formulieren.

Eindrücklich schilderte Birgit Birner von Post Covid Selbsthilfe Ostbayern (PC-19) ihren persönlichen Krankheitsverlauf und wie sie sich zurück in den Beruf kämpfte. Der Bedarf an Austausch sei sehr groß. Mit engagierten Mitstreiter\*innen gründete sie eine Selbsthilfegruppe von insgesamt 100 Teilnehmenden, die in vier Gruppen aufgeteilt wurde.

„Wir können politisch mehr erreichen, wenn wir uns zusammenschließen und gemeinsam unsere Forderungen anbringen“, erklärte ein Initiator von Long COVID Deutschland (LCD). Er schilderte die Arbeit seiner Organisation und welche Erfolge bereits erzielt wurden: Genauso wie die Gründer\*innen von PC-19 wirkte auch Long COVID Deutschland an der Erstellung der Patientenleitlinie „Long-/Post-COVID-Syndrom“ für Betroffene, Angehörige sowie nahestehende und pflegende Personen mit<sup>1</sup>.

In den Arbeitsgruppen wurde deutlich, welche Themen die Betroffenen aktuell beschäftigen: Fragen zur Rehabilitation und Wiedereingliederung in den Beruf, zu Therapiemöglichkeiten, Schwierigkeiten bei der Anerkennung von Schwerbehinderung oder auch der Umgang mit der eigenen Krankheit wurden erörtert.

Die Vernetzung soll weiter ausgebaut werden. Ein Anliegen ist es, einen Ort zu schaffen, wo Informationen und Erfahrungswissen gebündelt werden können.

Dem Wunsch dieses Format auf überregionaler Ebene fortzuführen, werden die Veranstalter entsprechen. Ein weiteres Online-Treffen ist für Anfang 2022 geplant.

#### **Ansprechpartner / Kontaktdaten:**

NAKOS Berlin | Otto-Suhr-Allee 115 | 10585 Berlin  
selbsthilfe@nakos.de

SeKo Bayern | Handgasse 8 | 97070 Würzburg  
selbsthilfe@seko-bayern.de

---

<sup>1</sup> [https://www.awmf.org/uploads/tx\\_szleitlinien/020-027p\\_S1\\_Post\\_COVID\\_Long\\_COVID\\_2021-09\\_01.pdf](https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/020-027p_S1_Post_COVID_Long_COVID_2021-09_01.pdf)