

Bundestreffen Junge Selbsthilfe

1. bis 3. März 2019

Zusammen mehr!

Pressemitteilung



Wo wir verstanden und akzeptiert werden

Rund 70 Selbsthilfeeaktive beim Bundestreffen Junge Selbsthilfe in Duderstadt

Die einen haben eine chronische Erkrankung wie Epilepsie oder Multiple Sklerose. Andere sind körperbehindert oder Angehörige von Pflegebedürftigen. Manche wurden schon im jungen Alter mit einer Krebserkrankung konfrontiert oder haben eine Transplantation hinter sich. Und für viele geht es um Suchterkrankungen, um Ängste oder Depressionen.

Trotz dieser Verschiedenheiten eint sie aber auch etwas: Sie haben sich mit anderen zusammengetan, die dasselbe erlebt oder Ähnliches durchgemacht haben. In Selbsthilfegruppen haben sie ihre Erfahrungen geteilt, sich gegenseitig unterstützt, nach Lösungen gesucht und gemeinsame Bewältigungsstrategien entwickelt. „Wir haben in unseren Selbsthilfegruppen Orte gefunden, wo wir verstanden und akzeptiert werden, und so sein können, wie wir sind“, sagen sie.

Diese Erfahrung möchten sie weitergeben: Beim Bundestreffen Junge Selbsthilfe 2019 kommen vom 1. bis 3. März zum fünften Mal rund 70 junge Erwachsene aus ganz Deutschland zu einem intensiven Wochenende des Austausches zusammen. Sie wollen hören, wie andere ihre Selbsthilfegruppenarbeit gestalten, einander Tipps geben und voneinander lernen. Unter dem Motto „Zusammen mehr!“ wollen sie aber auch gemeinsam Projekte voranbringen, um die Idee der gemeinschaftlichen Selbsthilfe bekannter zu machen. Und um andere junge Leute für diese Möglichkeit der Problembewältigung zu begeistern, von der sie selbst so überzeugt sind.

Die 3-tägige Veranstaltung wird von der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) in Zusammenarbeit mit einem jungen Organisationsteam durchgeführt und vom AOK-Bundesverband gefördert.

In Deutschland sind Schätzungen zufolge rund 3,5 Millionen Menschen in bis zu 100.000 Selbsthilfegruppen aktiv. Zwar sind junge Menschen dort eher in der Minderheit – es gibt jedoch eine zunehmende Zahl von Selbsthilfegruppen, in denen sich gerade Jüngere über Erkrankungen, psychische Probleme oder Krisen austauschen und zusammen aktiv werden. So sind auf dem NAKOS-Portal für junge Selbsthilfe unter www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de fast 900 junge Gruppen zu den unterschiedlichsten Themen gelistet.

Die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) ist die bundesweite Informations- und Vermittlungsstelle im Feld der Selbsthilfe in Deutschland. Sie arbeitet zu grundsätzlichen Fragen der Selbsthilfearbeit, der Selbsthilfeunterstützung und -förderung.

Kontakt:

Miriam Walther und Ruth Pons (NAKOS)

Tel: 030 / 31 01 89 - 84

E-Mail: junge-selbsthilfe@nakos.de

Bundestreffen Junge Selbsthilfe

1. bis 3. März 2019

Zusammen mehr!

Pressemitteilung



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen

Otto-Suhr-Allee 115

10585 Berlin

Internet: www.nakos.de | www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Weitere Informationen: <https://www.nakos.de/themen/junge-selbsthilfe/bundestreffen-2019>



NAKOS | Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen | www.nakos.de