



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

- „Mit Selbstvertrauen geht alles besser!“. Die junge Selbsthilfegruppe des Monats Februar
- NAKOS und Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen mit Fachveranstaltungen und Infostand beim Kongress Armut und Gesundheit
- „Aus dem Gleichgewicht?“. Neues NAKOS-Faltblatt
- NAKOS THEMA: Europäische Datenschutz-Grundverordnung

JUNGE SELBSTHILFE

Junge Selbsthilfegruppe des Monats Februar

Junge Selbsthilfegruppe Peine: „Mit Selbstvertrauen geht alles besser!“

Die Junge Selbsthilfegruppe Peine trifft sich alle zwei Wochen unter dem Motto „Mit Selbstvertrauen geht alles besser“ mittwochs um 18.00 Uhr in der Kontaktstelle von arCus, einer Beratungsstelle rund um das Thema psychische Krisen. arCus hat die Gruppe gemeinsam mit der KISS Peine ins Leben gerufen: „Bist du zwischen 18 und 25 Jahre alt und hast das Gefühl, dass mehr in dir steckt, als es sich momentan für dich anfühlt? Dann bist du hier genau richtig! Gemeinsam wollen wir uns stark machen in allen Lebenslagen, unser Selbstvertrauen, unsere Motivation und vor allem unsere Freude und Spaß im Leben stärken. Viele Gespräche, aber auch Entspannungsübungen, Übungen gegen Angst und Panik, Darstellendes Spiel, Kochen und vieles mehr steht bei uns auf dem Programm.“

Auf dem NAKOS-Portal für junge Selbsthilfe www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de stellen wir jeden Monat eine junge Selbsthilfegruppe oder -initiative vor.

Die Gruppe des Monats Februar finden Sie hier:

<http://schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/selbsthilfegruppen/junge-selbsthilfegruppe-peine>

VERANSTALTUNGEN

Kongress Armut und Gesundheit

NAKOS und Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen beim Fachkongress und auf dem Markt der Möglichkeiten beteiligt

Unter dem Motto „Gemeinsam. Gerecht. Gesund.“ wird am 20. und 21. März 2018 der Health in All Policies-Ansatz (HiAP) auf dem Kongress Armut und Gesundheit in Berlin diskutiert. Mit diesem Ansatz sind Regierungen aufgefordert, den Themen Gesundheit und gesundheitliche Chancengleichheit Priorität im politischen Handeln einzuräumen. Ein Fokus liegt hierbei ausdrücklich auf der besonderen Lebenssituation und den Gesundheitschancen sozial benachteiligter Menschen.

Die NAKOS lädt am 20. März zu ihrem Fachforum „Autonomie der Selbsthilfe“ ein (20.03.2018, 16.15-17.45 Uhr, Veranstaltungsnummer 121). Das Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen stellt am 21. März in einem Workshop gemeinsam mit SELKO e.V. / SEKIS Berlin das Konzept „Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung

im Gesundheitswesen“ vor (21.03.2018, 9.00-10.30 Uhr, Veranstaltungsnummer 123). An beiden Veranstaltungstagen wird die NAKOS mit einem Infostand auf dem Markt der Möglichkeiten präsent sein und freut sich auf interessierte Besucher/innen und anregende Gespräche!

Weitere Informationen zum Kongress und zu den Veranstaltungen von NAKOS und Netzwerk:

Fachforum Autonomie: <https://www.nakos.de/aktuelles/termine/key@5201>

Workshop Selbsthilfefreundlichkeit: <https://www.nakos.de/aktuelles/termine/key@5211>

Kongress: <http://www.armut-und-gesundheit.de>

PUBLIKATIONEN

Neues NAKOS-Faltblatt

„Aus dem Gleichgewicht? Selbsthilfegruppen helfen bei seelischen Problemen und Erkrankungen“

Gemeinschaftliche Selbsthilfe kann für Menschen mit seelischen Problemen oder Erkrankungen eine wichtige Hilfeform sein. Mit dem neuen Faltblatt informiert die NAKOS Betroffene und Interessierte über das Angebot der Selbsthilfe.

Zum Download und zur Bestellung:

<https://www.nakos.de/publikationen/key@5167>

NAKOS THEMA 1|2018

Die neue Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO): Basisinformationen

Die NAKOS erreichen zunehmend Anfragen zur neuen Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO). Im neuen NAKOS THEMA greifen wir zentrale Inhalte der DSGVO auf:

- Die Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)
- Was bedeutet die DSGVO für die Arbeit von Selbsthilfevereinigungen und Selbsthilfekontaktstellen?

Zum Download:

<https://www.nakos.de/themen/internet/zum-weiterlesen/key@5222>

AUS POLITIK UND GESELLSCHAFT

„Selbsthilfe – Das sozialste Netzwerk“

SEKIS Berlin mit neuen Plakatmotiven in den Berliner U-Bahnen

Seit Januar 2018 wird die Kampagne von SEKIS Berlin "Selbsthilfe – Das sozialste Netzwerk" mit drei neuen Plakatmotiven fortgeführt. Zwei Plakate sind im Stil der Motive, die schon 2017 das Interesse geweckt haben, und spielen mit dem Bild der Social Media Nutzung. Ein drittes Plakat zeigt den Berliner U-Bahn-Plan in neuer Form: Hier sind alle 16 Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstellen verzeichnet, die es in Berlin gibt. Am Rande sind statt verschiedener Stationen typische Selbsthilfegruppen aufgeführt. Die Aktion will die Vielfalt der Selbsthilfe und



der Kontaktstellen in Berlin sichtbar machen und neue Interessierte für die Selbsthilfe begeistern. Der Slogan soll darauf verweisen, dass reale Begegnungen und Gespräche auch in einer zunehmend digitalen Welt wichtiger sind als virtuelle Erlebnisse.

„Wir möchten, dass noch viel mehr Menschen von den positiven Auswirkungen der Selbsthilfe erfahren und erleben, was es bedeutet, die eigenen Probleme und deren Lösung selbst in die Hand zu nehmen und im Rahmen der eigenen Möglichkeiten aktiv zu werden“, sagt Ella Wassink, die Projektleiterin der Berliner Selbsthilfekontaktstellen, SEKIS. „Wir hoffen, durch die Kampagne neugierig zu machen und die Menschen dazu anzuregen, nach ihrem eigenen Thema zu suchen.“

Weitere Informationen zur Kampagne:

<https://www.sekis-berlin.de/aktuelles/kampagne/>

Krebsversorgung jenseits der Medizin

Krebs-Selbsthilfe wirbt für ehrenamtliches Engagement | Weltkrebstag 2018

Mit der Diagnose Krebs dreht sich die Welt von einem Moment auf den anderen verkehrt herum. Und doch sind zahlreiche, mitunter existentielle Entscheidungen zu treffen.

„Während die Krebs-Medizin zunehmend hochentwickelt ist, bleibt der eigentliche Mensch dahinter unversorgt“, beschreibt Ralf Rambach, Vorsitzender des Hauses der Krebs-Selbsthilfe – Bundesverband e.V., die Situation. „Wir brauchen dringend einen funktionierenden Onko-Lotsen im Gesundheitssystem, der den Betroffenen in der ihnen fremden Welt zur Seite steht“, lautet seine Forderung. Die Krebs-Selbsthilfe schließt hier eine Lücke, indem sie an Krebs erkrankte Menschen auffängt, informiert und begleitet. Doch sie gerät mit dieser Aufgabe zunehmend an ihre Grenzen, denn gleichzeitig finden immer weniger Menschen die Zeit und Kraft, sich ehrenamtlich zu engagieren. „Wir suchen dringend nach Helfern“, sagt Ralf Rambach. Anlässlich des Weltkrebstags sendet er daher die Botschaft aus: „Werden Sie Unterstützer, Organisator, Mutmacher, Ideengeber, Vordenker, Kritiker, Verhandler für die Krebs-Selbsthilfe, deutschlandweit, im Team oder allein, achtsam und willens!“

Weitere Informationen zur „Stellenausschreibung Ehrenamt“:

<https://www.hausderkrebsselbsthilfe.de/wir-ueber-uns/jobs-ehrenamt/>

Neuer Ratgeber zum Bundesteilhabegesetz

„Behinderung und Teilhabe. Alle Leistungen und Rechte“

Ende 2016 hat der Bundestag das Bundesteilhabegesetz verabschiedet. Es soll mehr Unterstützungsmöglichkeiten und mehr Selbstbestimmung für Menschen mit Behinderungen schaffen. Die wesentlichen Änderungen des Behindertenrechts traten zu Beginn des Jahres 2018 in Kraft.

Der Ratgeber der Verbraucherzentrale Bundesverband leistet Orientierungshilfe und liefert behinderten Menschen die Informationen, die sie brauchen, um ihre Rechte gegenüber Behörden und am Arbeitsplatz wahrzunehmen.

Zur Bestellung des Ratgebers:

<https://www.ratgeber-verbraucherzentrale.de/gesundheit-pflege/behinderung-46007128>

Umfrage zur Auffindbarkeit barrierefreier Gesundheitseinrichtungen

Tourismus für Alle Deutschland e.V. (NatKo) bittet um Unterstützung

Ein barrierefreier Zugang zur Gesundheitsversorgung ist nicht nur am Wohnort, sondern auch auf Reisen wichtig. Tourismus für Alle Deutschland e.V. (NatKo) führt aktuell das Projekt „Informationssysteme als krankheitsübergreifende Hilfestellung bei wohnortnahen und -fernen Terminen der individuellen Gesundheitsversorgung“ durch, das eine Hilfestellung zum einfacheren Auffinden von barrierefreien, ambulanten Gesundheitseinrichtungen geben soll. Die Projektergebnisse richten sich dabei neben Betroffenen (Menschen mit Behinderung, chronisch kranken Menschen, Älteren und ihren Angehörigen) ebenso an Verbände und Institutionen der gesundheitsbezogenen und Behindertenselbsthilfe sowie Betreiber von Informationsplattformen.

Im Rahmen des Projektes bitte die NatKo Menschen mit Behinderung, chronisch kranke Menschen, ältere Menschen und ihre Angehörigen um Unterstützung und fünf bis zehn Minuten Zeit, um einen Fragebogen zur Auffindbarkeit von barrierefreien Gesundheitseinrichtungen auszufüllen. Der Fragebogen soll bis zum 25.02.2018 an die NatKo zurückgeschickt werden.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@5166>

Lebenshilfe erinnert an ermordete behinderte und kranke Menschen

Gedenktag für die Opfer des Nationalsozialismus am 27. Januar | Bundesweiter Schul- und Jugendtheaterwettbewerb

Anlässlich des Gedenktages für die Opfer des Nationalsozialismus am 27. Januar betonte die Lebenshilfe-Bundesvorsitzende Ulla Schmidt, MdB: „Als Demokraten müssen wir alle dafür sorgen, dass Menschen mit Behinderung nicht ausgegrenzt werden. Sie gehören in unsere Mitte und sie müssen sich darauf verlassen können, dass ihr Lebensrecht niemals wieder in Frage gestellt wird.“ Als Bundesvorsitzende der Lebenshilfe hat Ulla Schmidt in diesem Jahr die Schirmherrschaft für den zweiten bundesweiten Schul- und Jugendtheaterwettbewerb zu Biografien von Opfern der NS-„Euthanasie“-Verbrechen „andersartig gedenken on stage“ übernommen. Theatergruppen können im Schuljahr 2018/2019 Stücke erarbeiten und bis zum 29. Mai 2019 beim Träger des Projektes, dem Förderkreis Gedenkort T4, einreichen.

Weitere Informationen zum Wettbewerb:

<http://www.gedenkort-t4.eu/de/das-projekt/andersartig-gedenken>

ZU GUTER LETZT

Lesetipp

Wir präsentieren jeden Monat einen Artikel aus dem aktuellen selbsthilfegruppenjahrbuch der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (DAG SHG) e.V. und wünschen eine interessante Lektüre:



Angelika Grudke: „Seminare für Teamleitungen von Krebs-Selbsthilfegruppen“
selbsthilfegruppenjahrbuch 2017, S. 30-32

<https://www.dag-shg.de/data/Fachpublikationen/2017/DAGSHG-Jahrbuch-2017-Grudke.pdf>

Videotipp

„Wir sind hier!“

Dokumentarfilm mit Kindern psychisch kranker Eltern aus der Reihe Psychiatrie-Filme

http://www.psychiatrie-filme.de/Wir_sind_hier%21.html

IMPRESSUM

NAKOS NEWSLETTER | Februar 2018

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 2018

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe (DAG SHG) e.V.

Redaktion und Versand dieses elektronischen Newsletters werden aus
Mitteln der GKV-Gemeinschaftsförderung 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](#)