



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

- Junge Selbsthilfegruppe des Monats: JuLys
- Netzwerk Engagementpolitik fordert bessere Rahmenbedingungen
- Ergebnisse der SHILD-Studie auf einen Blick

JUNGE SELBSTHILFE

Junge Selbsthilfegruppe des Monats Juni

JuLys – Junge Lymphselbsthilfe

Junge Betroffene des primären Lymphödems wollen auf die Erkrankung im jungen Alter aufmerksam machen sowie eine Community für Betroffene schaffen. Das Motto ist „Von Jungen, für Junge“ – was so viel bedeutet wie Austausch auf gleicher Wellenlänge. Gerade in jungen Jahren ist es schwierig, alleine mit so einer Erkrankung umzugehen. Oftmals fühlt man sich allein gelassen, da im Volksmund Ödeme auch „alte Frauenkrankheit“ genannt werden. Umso wichtiger ist es, darauf aufmerksam zu machen, dass diese Erkrankung eben auch bei jungen Menschen auftritt. Ziel ist es, eine unterstützende Community für und mit Betroffenen aufzubauen. Die Schwerpunkte hierbei liegen im Austausch von Informationen rund um die individuell richtige Versorgung mit Hilfsmitteln und in der gegenseitigen emotionalen Unterstützung.

Im 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 Juni finden Sie hier:

<http://schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/gruppe-des-monats>

AUS DER ARBEIT DER DAG SHG

Jahrestagung 2018: #Klimawandel

Selbsthilfe stärkt gesellschaftlichen Zusammenhalt

Vom 6. bis 8. Juni fand die 40. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) in Magdeburg statt. In insgesamt 17 Workshops konnten sich die rund 200 Teilnehmenden über die vielfältigen Aktivitäten zur Förderung von Selbsthilfe sowie das Handlungskonzept „Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsmerkmal“ informieren und gemeinsam Visionen entwickeln, wie eine selbsthilfefreundliche Gesellschaft aussehen könnte. Dabei wurde deutlich, dass die Selbsthilfe nicht allein Lückenbüßer für fehlende Versorgungsstrukturen ist. Vielmehr lebt die Selbsthilfe Menschlichkeit und Solidarität, die – nicht nur im Gesundheitswesen – häufig fehlen. Gemeinsam mit anderen Probleme anzugehen, ist daher nicht nur für die / den Einzelne/n gut. Vielmehr sei gemeinschaftliche Selbsthilfe eine (oder sogar die) Lösung zur Förderung des gesellschaftlichen Zusammenhalts – so eine der Visionen. In der Selbsthilfe werden Werte und Normen gelebt, die drohen, in unserer Gesellschaft verloren zu gehen: Demokratie und Mitbestimmung, Transparenz und

Gerechtigkeit, Nachhaltigkeit und Solidarität, Inklusion und Offenheit gegenüber Vielfalt und Andersartigkeit.

Weitere Informationen:

<https://www.dag-shg.de/veranstaltungen/jahrestagung-2018/>

AUS POLITIK UND GESELLSCHAFT

Bessere Rahmenbedingungen für bürgerschaftliches Engagement gefordert

Netzwerk Engagementförderung veröffentlicht Positionspapier | Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. als Netzwerk-Organisation beteiligt

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen e.V., die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenbüros und die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V., die gemeinsam das Netzwerk Engagementförderung bilden, haben ein Positionspapier zum bürgerschaftlichen Engagement veröffentlicht. In dem Positionspapier weisen die drei Verbände darauf hin, dass viele gesellschaftliche Herausforderungen mit Hilfe von bürgerschaftlichem Engagement leichter bewältigt werden können. Sie fordern deshalb, dass die Engagementstrukturen nachhaltig und verlässlich gefördert werden müssen und dabei auch die Rolle der Kommune gestärkt wird.

Link zum Positionspapier:

<https://www.dag-shg.de/data/Andere/2018/Netzwerk-Engagementfoerderung-Positionspapier.pdf>

Ergebnisse der Selbsthilfe-Studie auf einen Blick

SHILD-Studie: Broschüre fasst die wesentlichen Ergebnisse zusammen

Das Projekt „Gesundheitsbezogene Selbsthilfe in Deutschland – Entwicklungen, Wirkungen, Perspektiven“ – kurz SHILD – hat in den vergangenen sechs Jahren den Stand der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe in Deutschland erforscht. In einer 20-seitigen Broschüre haben die beteiligten Hochschulen jetzt die wesentlichen Ergebnisse der Studie zusammengefasst.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@5922>

„Monitor Patientenberatung 2017“ vorgestellt

Patientenbeauftragter der Bundesregierung und Unabhängige Patientenberatung Deutschland präsentieren Auswertung von 155.000 Beratungen

Der Patientenbeauftragte der Bundesregierung, Dr. Ralf Brauksiepe, und der Geschäftsführer der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD), Thorben Krumwiede, haben den „Monitor Patientenberatung 2017“ vorgestellt und Bilanz gezogen. Mit dem Monitor, der auf der Auswertung der Dokumentation von rund 155.000 Beratungen der UPD beruht, zeigt die Patientenberatung auf, welche Probleme und Herausforderungen Patientinnen und Patienten in Deutschland immer wieder zu bewältigen haben. Zugleich kann der Monitor Krankenkassen,

Ärztenschaft, Gesetzgeber und anderen Akteuren des Gesundheitswesens konkrete Hinweise darauf geben, wie das Gesundheitssystem aus der Perspektive der Ratsuchenden noch patientenorientierter gestaltet werden kann.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@5981>

Online-Netzwerk für türkischsprachige Angehörige von Menschen mit Behinderung Bundesvereinigung Lebenshilfe startet Selbsthilfe-Plattform www.kendimiz.de

Kendimiz ist türkisch und bedeutet „Wir selbst“. Kendimiz – so heißt auch eine neue Selbsthilfe-Plattform der Bundesvereinigung Lebenshilfe. Auf www.kendimiz.de können sich jetzt Angehörige von Menschen mit Behinderung und türkischem Migrationshintergrund miteinander austauschen. Sie können ihre persönlichen Erfahrungen weitergeben und erhalten rechtliche Informationen. Zudem bekommen lokale Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen die Möglichkeit, eigene Termine oder türkischsprachige Beratungsangebote auf einer Landkarte einzustellen. Die Internetseite gibt es auf Deutsch und Türkisch.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@5935>

AOK informiert über die „Köpfe der Gesundheitspolitik“

Nach jeder Bundestagswahl und vor allem nach einem damit verbundenen Wechsel der Regierungsparteien stehen in Parlament und Ministerien zahlreiche Personalwechsel an – von erstmals gewählten Abgeordneten über deren Mitarbeiter/innen hin zu neuen Bundesminister/innen und Staatssekretär/innen mit neu besetzten Leitungsebenen und Pressestellen. Die wichtige Frage lautet daher: Wer sitzt wo in der 19. Legislaturperiode? Dazu hat der AOK-Bundesverband die inzwischen sechste Ausgabe seiner Broschüre „Wer sitzt wo? – Politik, Verbände, Medien“ erstellt.

Link zur Broschüre:

https://www.aok-bv.de/imperia/md/aokbv/hintergrund/wer_sitzt_wo_2018.pdf

„Würde bis zuletzt!“ – Positionspapier zur Gestaltung der letzten Lebensphase

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) ruft Menschen dazu auf, die Endlichkeit ihres Lebens nicht zu verdrängen

In ihrem Positionspapier „Würde bis zuletzt“ empfiehlt die BAGSO das Aufsetzen einer Patientenverfügung und einer Vorsorgevollmacht, um die Angehörigen nicht mit schwierigen Entscheidungen alleine zu lassen. Darüber hinaus erinnert die BAGSO an die Bedeutung von Ritualen wie Trauerfeier und Bestattung für die Hinterbliebenen.

Weitere Informationen:

<https://www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@5851>

Datenschutz: Was ändert sich für Patientinnen und Patienten?

Das Bundesgesundheitsministerium beantwortet wichtige Fragen zur neuen Datenschutz-Grundverordnung

Seit dem 25.05.2018 gilt die Datenschutz-Grundverordnung in der Europäischen Union. Das Bundesministerium für Gesundheit informiert auf seiner Internetseite, wie sich die neuen Regelungen für Patientinnen und Patienten auswirken.

Weitere Informationen:

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/ministerium/meldungen/2018/mai/eu-dsgvo.html>

TERMINANKÜNDIGUNGEN**MUT-TOUR 2018: Radfahren für offeneren Umgang mit Depressionen**

Deutsche Depressionsliga e.V. lädt zur Teilnahme ein

Für einen offenen und mutigen Umgang mit depressiven Erkrankungen werben die mehr als 60 Teilnehmenden der MUT-Tour 2018. Hierfür radeln Erkrankte gemeinsam mit Nichtbetroffenen vom 16. Juni bis zum 2. September 2018 mehr als 5.100 Kilometer durch ganz Deutschland und machen in über 60 Orten Station.

Die Deutsche Depressionsliga e.V. veranstaltet die MUT-TOUR seit dem Jahr 2012. Neben der Tour per Rad gibt es auch wieder einige Etappen, auf denen gewandert oder mit dem Kajak auf Flüssen gepaddelt wird. Interessierte können die Tour auf einzelnen oder mehreren Etappen begleiten und sich an Aktionsständen in den Tour-Orten informieren. Die Aktion wird von der BARMER im Rahmen der Selbsthilfeförderung finanziell unterstützt.

Weitere Informationen zur MUT-TOUR:

<https://www.mut-tour.de/>

Woche der Seelischen Gesundheit

Aktionen rund um den internationalen Tag der Seelischen Gesundheit am 10. Oktober

Seit 2010 ruft das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit jährlich deutschlandweit zur „Bundesweiten Woche der Seelischen Gesundheit“ auf. Viele Einrichtungen und Initiativen nutzen die Veranstaltungen, Aktionstage und Aktionswochen, um sich zum Thema Seelische Gesundheit zu präsentieren. Das Aktionsbündnis steht dabei inhaltlich mit seinem weitreichenden bundesweiten Expertennetzwerk sowie allgemeinen Infomaterialien zur Seite und koordiniert einen bundesweiten Online-Veranstaltungskalender. Mittlerweile beteiligten sich rund 50 Regionen und Städte mit rund 800 Veranstaltungen. Die Woche der Seelischen Gesundheit findet in diesem Jahr vom 10. bis 20. Oktober 2018 unter dem Motto „Gestresste Gesellschaft. Was tun?“ statt.

Weitere Informationen zur Woche der Seelischen Gesundheit:

<https://aktionswoche.seelischegesundheit.net/bundesweit>

Bundesweite Aktionswoche zur Förderung der Selbsthilfe

Aufruf zur Mitgestaltung | Aktionswoche vom 18. bis 26. Mai 2019

Der Paritätische Gesamtverband und die angeschlossenen Landesverbände sowie überregionalen Mitgliedsorganisationen laden alle Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfekontaktstellen innerhalb und außerhalb des Paritätischen ein, sich an der bundesweiten Aktionswoche zur Förderung der Selbsthilfe zu beteiligen.

In der Aktionswoche sollen regionale Veranstaltungen und Aktionen stattfinden, die die Idee der Selbsthilfe und ihre aktuellen Angebote und Anliegen in die Öffentlichkeit tragen. Dabei kann es sich sowohl um völlig neue Aktionsformen vor Ort handeln oder auch um die Bündelung bewährter Aktivitäten, z.B. Selbsthilfe-Tage, Selbsthilfe-Messen, Tage der offenen Tür, Informationsveranstaltungen zu konkreten Selbsthilfe-Themen, Fachtagen oder Erfahrungsaustauschtreffen für Selbsthilfegruppen.

Weitere Informationen zur Aktionswoche folgen.

ZU GUTER LETZT**Lesetipp**

Das neue selbsthilfegruppenjahrbuch der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) ist erschienen – wir wünschen eine interessante Lektüre:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) (Hrsg.):
selbsthilfegruppenjahrbuch 2018

<https://www.dag-shg.de/service/jahrbuecher/2018/>

Videotipps

„Mitten im Leben. Psychisch erkrankte Menschen und ihre Angehörigen“

„Für Angehörige zählt nicht die Krankheit, sondern der Mensch.“ Mit dieser Botschaft möchte der Bundesverband der Angehörigen psychisch Erkrankter Menschen (BApK) e.V. in seinem Antistigma-Spot die Aufklärung und das Verständnis der Öffentlichkeit für die Betroffenen und im Besonderen auch für deren Familien und Freunde fördern.

<https://www.youtube.com/watch?v=iHpVAQ0xbjM>

„Zusammen“ – ein Song für die Junge Selbsthilfe

Der Song wurde von den Musikern Ben Jung & Rhobbin in Kooperation mit SEKIZ e.V. aus Potsdam und Stadtrand gGmbH aus Berlin produziert und erzählt davon, wie die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe im Alltag und im Leben hilft: „Viel zu lang auf eigene Faust / Viel zu lange gar keine Weg gesehen / Egal wie lange du noch brauchst / Ab jetzt musst du nicht mehr alleine gehen“.

<https://www.youtube.com/watch?v=oNMWn6foclU&t=1s>

IMPRESSUM**NAKOS NEWSLETTER | Juni 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 e.V. (DAG SHG)

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 und
themenübergreifend und gibt unentgeltlich 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](#)