

INFORMATION, BERATUNG, SERVICE  
für Selbsthilfe-Akteur\*innen in NRW

**KOSKON**



Koordination für die  
Selbsthilfe-Unterstützung in NRW

## INFObrief

KOSKON – Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in NRW  
INFOBRIEF September 2023

KOSKON direkt

### KOSKON-Wendekarte erschienen - Infobrief und Junge Selbsthilfe als Newsletter

Von KOSKON NRW ist eine neue Wendekarte erschienen. Mit dieser ansprechenden, informativen Postkarte stellt KOSKON NRW ihre zwei E-Mail-Newsletter vor. Neu als E-Mail-Newsletter erscheint ab sofort der etablierte KOSKON-Infobrief. Erweitert wird dieses Informationsangebot durch "TREFFpunkt LEBEN", einen Newsletter zum Themenfeld Junge Selbsthilfe. Damit bietet KOSKON NRW Interessierten einen umfassenden Überblick über Informationen, Veranstaltungen, Projekte oder neue Angebote rund um die Themen Selbsthilfe-Unterstützung bzw. Junge Selbsthilfe. Die Wendekarte beinhaltet zudem einen Hinweis zur Anmeldung für beide Formate – ganz einfach per QR-Code oder Link.



... was ist denn hier los?

**... Neu und lebensnah**

Der Newsletter JUNGE SELBSTHILFE NRW informiert über aktuelle Themen, Termine und Projekte.

Anmeldung unter: [www.koskon.de](http://www.koskon.de) oder hier



... das ist gut zu wissen!

**... Aktuell und umfassend**

Die KOSKON NRW informiert regelmäßig über wichtige Themen der Selbsthilfe-Unterstützung in NRW.

Anmeldung unter: [www.koskon.de](http://www.koskon.de) oder hier



### Neuaufgabe KOSKON-STARTSET für Mitarbeiter\*innen der Selbsthilfe-Kontaktstellen/-Büros in NRW

In neuem Design, aktualisiert und erweitert gibt das STARTSET der KOSKON NRW einen umfassenden Überblick über die Selbsthilfe-Strukturen in NRW und landes- und bundesweite relevante Angebote. Der Ordner umfasst eine umfangreiche Materialsammlung zu verschiedenen Themen wie z. B. Grundlagen der Gruppenunterstützung, themen- und zielgruppenspezifische Selbsthilfe, Entwicklung des Landesarbeitskreises der Kontaktstellen oder Förderung. Dieses Informationsangebot wird durch KOSKON NRW stetig ergänzt und aktualisiert. Das STARTSET richtet sich vorrangig an neue Fachkräfte, dient aber auch als Nachschlagewerk für etablierte Fachkräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen/-Büros.



KOSKON kooperativ

### Wahl der LAK-Sprecher\*innen und des Beirats

Im Landesarbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW am 09. Mai 2023 wurden André Beermann (SHK Kreis Viersen) und Anja Hoppermann (SHK Duisburg) als LAK-Sprecherteam wiedergewählt. Das Amt des Sprecher-Beirats, das 2019 initiiert wurde, übernehmen Dorothee Köllner

(SHK Bochum), Regina Schulte (SHK Oberbergischer Kreis), Lisa Nießalla (SHK Kreis Unna) und Christiane Vollmer (SHK Warendorf)  
 Die Sprecher\*innen haben die Aufgabe, den LAK nach außen zu vertreten, sie werden vom Beirat unterstützt. Die zu vertretenden Positionen werden vorab im LAK erarbeitet. Sprecher\*innen-Team und Beirat stehen in regelmäßigem Austausch mit der KOSKON NRW.



## Claudia Middendorf und Angelika Greiner zu Gast im Landesarbeitskreis der Selbsthilfe-Kontaktstellen NRW

Die Landesbeauftragte für Menschen mit Behinderungen sowie für Patientinnen und Patienten in NRW, Claudia Middendorf und die Vertreterin der Landeskrankenkassenverbände NRW, Angelika Greiner besuchten am 08. Mai 2023 den LAK NRW. In einem regen Austausch mit dem LAK stellte Claudia Middendorf ihre Arbeit und aktuelle Anliegen vor. Gemeinsame Schnittstellen gab es u.a. bei den Themen „Verbesserung der Versorgung von Menschen mit Behinderungen und Menschen mit psychischen Erkrankungen“ sowie „Barrierefreiheit“.

Angelika Greiner stellte die Selbsthilfeförderung 2023 für Selbsthilfe-Kontaktstellen, Selbsthilfe-Gruppen und Selbsthilfe-Organisationen vor. Die SHK erhalten 2023 eine einmalige Nachzahlung von 102.740 € aus Restmitteln 2022. Die Zahlung ist Ergebnis der von den Krankenkassen erbetenen LAK-Abfrage durch die KOSKON NRW. Die Aufteilung des Betrags richtet sich nach dem jeweils eingesetzten Personal sowie der Bevölkerungszahl im Zuständigkeitsgebiet.

Auf landespolitischer Ebene gibt es bereits eine Vielzahl von Aktionsfeldern, in denen die Selbsthilfe-Vertreter\*innen in NRW mit der Patientenbeauftragten und den GKV-Landesverbänden kooperieren.



## Gemeinsame Fachtagung "Selbsthilfe in NRW - Gemeinsam gestalten" der KOSKON NRW und Fach- und Koordinierungsstelle der Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe NRW

Im Fokus der gemeinsamen Fachtagung am 24. August 2023 in Gelsenkirchen standen Vernetzung und Austausch von Selbsthilfe-Kontaktstellen/-Büros und Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe in NRW. Obschon sich Entstehung und Ausrichtung der Einrichtungen unterscheiden, liegen in dieser Unterschiedlichkeit auch Potenziale für kooperatives Handeln.

In einem World-Café zu verschiedenen Themen wie Gruppengründung, Gruppenbegleitung, Krisenintervention, Netzwerkarbeit, Gruppenformate/Angebote und Einzelkontakte, gab es Raum für gegenseitiges Kennenlernen, den gemeinsamen Austausch und Vernetzung.

Eine Fortsetzung der Kooperation ist erwünscht.



## Gemeinsame Wendekarte der KOSKON NRW und Pflegeselbsthilfe NRW veröffentlicht

Im vergangenen Jahr haben KOSKON NRW und die Fach- und Koordinierungsstelle der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz erste Schritte in Richtung einer Vernetzung und Kooperation unternommen. Neben der Ergänzung der KOSKON-Adressbroschüre „Selbsthilfe-Unterstützung in NRW“ um die Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe (KoPS) in NRW sowie der kooperativen Fachtagung „Selbsthilfe in NRW – Gemeinsam gestalten“, ist eine gemeinsame Wendekarte erschienen. Ziel dieses Formates ist es, niedrigschwellig auf die Angebote der Selbsthilfe- und Pflegeselbsthilfe-Unterstützung in NRW aufmerksam zu machen und Neugier auf die Arbeit und Angebote beider Einrichtungen zu wecken.

QR-Codes führen zur Website der entsprechenden Einrichtung. Dort finden Interessierte wichtige Informationen, Tipps, Veranstaltungshinweise, Projekte oder auch gesetzliche Grundlagen.

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

### LAND NRW

## Austauschplattform „Regionale Patientenforen Bürgerorientierung im Gesundheitswesen“

Die Koordinierungs- und Vernetzungsstelle Patientenbeteiligung NRW richtet sich mit ihrer Austauschplattform an alle Interessierte, die sich in den Städten und Gemeinden in NRW für Patienteninteressen einsetzen möchten oder das bereits tun. Das Programm bietet niedrigschwellige Zugänge und fachliche Informationen zum Thema „Patientenbeteiligung“. Netzwerk-Speed-Dating, Inputs zu Beteiligungsmöglichkeiten und Workshop-Diskussionen laden zum gegenseitigen Kennenlernen und Austausch der Akteure ein.

An fünf Standorten in den fünf Regierungsbezirken in NRW finden die regionalen Patientenforen zum Thema „Bürgerorientierung im Gesundheitswesen“ jeweils von 10 bis 15 Uhr statt. Die nächsten Termine sind am

- 22.09. Köln
- 04.10. Düsseldorf
- 06.10. Dortmund

[Programm](#), Anmeldung und weitere Informationen finden Sie auf der [Website der Koordinierungs- und Vernetzungsstelle Patientenbeteiligung NRW](#).



## Selbsthilfe in die Lehre bringen - verschiedene Wege und Ansätze begegnen sich vor Ort

Selbsthilfe-Kontaktstellen tun es, Selbsthilfe-Landesverbände ebenso: sie gehen an Hochschulen und in Ausbildungseinrichtungen, um über die Selbsthilfe zu informieren. Dabei gibt es Gemeinsamkeiten, aber auch Unterschiede: z.B. bei Herangehensweisen, Zielen oder Methoden. Nicht immer wissen die verschiedenen Akteure voneinander. Angesichts steigender Nachfrage von Bildungseinrichtungen bei gleichzeitig begrenzten Ressourcen in der Selbsthilfe liegt es nahe, das zu ändern.

Miteinander ins Gespräch kommen, unterschiedliche Sichtweisen kennenlernen, Schnittstellen und Kooperationschancen entdecken – dazu lädt die Selbsthilfeakademie NRW in die Dialog-Werkstatt ein. Angesprochen sind im Themenfeld aktive Selbsthilfe-Landesverbände und Selbsthilfe-Kontaktstellen / -Büros. Eine Einladung kommt noch einmal separat per E-Mail, wer möchte kann sich aber schon jetzt anmelden: [Link](#). Veranstaltungsort ist das Ardey-Hotel in Witten, Start ist um 10 Uhr, Ende gegen 15:00 Uhr. Bei Fragen kann man sich auch gerne direkt an [Anna-Lena Riegels](#) oder [Bernd Hoerber](#) vom Team der Selbsthilfeakademie NRW wenden.





## Deutsche Gesellschaft für Taubblindheit gGmbH: Projekt „Handfest“ - Peerakademie für Taubblinde

Im Zentrum des Projekts steht, die Selbsthilfe in NRW zu fördern und zu stärken. Das Projekt-Team sowie weitere Expert\*innen und Trainer\*innen entwickeln und bauen zielgruppenadaquate Informations-Veranstaltungen (online und präsent), Empowerment-Schulungen, Work-Shops und Peer-Beratungen für höresehbehinderte und taubblinde Menschen in Nordrhein-Westfalen auf. Ziel ist das Empowerment und die nachhaltige Stärkung von taubblinden und höresehbehinderten Peers, ihren Angehörigen und Kontaktpersonen. Die aktive Teilhabe am gesellschaftlichen Leben soll für diesen Personenkreis durch entsprechende Maßnahmen wie z.B. Resilienz, Gesundheit, Akzeptanz, Möglichkeiten der Kommunikation und Partizipation verbessert werden. Das Projekt hat eine Laufzeit von drei Jahren und wird von der AOK NordWest und der AOK Rheinland/Hamburg gefördert. Weitere Informationen zum Projekt finden Sie auf der [Website der Deutschen Gesellschaft für Taubblindheit gGmbH](#).

## News zum Thema „Long Covid – Post Covid – Post Vac“

Die Hybrid-Veranstaltung „Long COVID – eine Herausforderung im Versorgungssystem“ der KOSA Nordrhein findet am 06.09.23 in Düsseldorf statt. In der Veranstaltung werden die Erfolgsfaktoren für eine gelungene Beratung von Patient\*innen und eine gute Versorgung beleuchtet. Es werden die Perspektive der Betroffenen, hausärztliche Praxiserfahrungen, aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zu Long Covid sowie Long Covid als ein Qualifizierungsmodul für Moderator\*innen thematisiert. Das Programm und den Anmelde-Link für die Veranstaltung finden Sie [hier](#). Eine Gruppe von engagierten ehrenamtlichen Menschen aus Paderborn, hat eine Internetplattform erstellt, die Betroffenen helfen soll, einen geeigneten Therapeuten, einen Arzt, der auf Augenhöhe behandelt, Unterstützer, Selbsthilfegruppen und weitere Kontaktadressen zu finden. Auf einer Pinnwand werden dort noch weitere Informationen bereitgestellt, die mit der Thematik zu tun haben. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

### BUND

## 43. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG)

Unter dem Motto „Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung heute - Wurzeln - Werte - Weiterentwicklung“ fand vom 12. bis zum 14. Juni 2023 die bundesweite Tagung der DAG SHG in Kooperation mit der Landeskontaktstelle für Selbsthilfe Thüringen e.V. in Weimar statt. Aus unterschiedlichen Perspektiven wurden Geschichte, Grundlagen, Weiterentwicklung und Zukunft der Selbsthilfe beleuchtet. Dabei bot die Fachtagung sowohl Diskussionsforen als auch praktische Herangehensweisen an die fachliche Arbeit der Selbsthilfeunterstützung. Die Teilnehmenden hatten in einem meet & greet die Möglichkeit die Mitarbeiter\*innen und Arbeit der DAG SHG Einrichtungen kennenzulernen. In zehn Workshops zu verschiedenen Themen gab es einen regen Austausch über die jeweiligen Erfahrungen, Chancen und Herausforderungen. Die Dokumentation der Fachtagung erscheint zeitnah auf der [Website der DAG SHG](#).



Deutsche  
Arbeitsgemeinschaft  
Selbsthilfegruppen e.V.

## Neue NAKOS-Themenseite zu Selbsthilfe und Gesundheitskompetenz

Gesundheitsinformationen sind oft sehr komplex und Behandlungsoptionen für Einzelne schwer einzuschätzen. Studien zeigen, dass die Beurteilung von seriösen Informationen zu gesundheitlichen Entscheidungen rund 64 Prozent der Deutschen schwerfallen. Die Themenseite der NAKOS gibt einen umfangreichen Überblick sowie hilfreiche und verlässliche Informationen über die Bedeutung von Gesundheitskompetenz sowie die Rolle der Selbsthilfe nicht nur für die vulnerable Bevölkerung, sondern auch für Interessierte und Fachleute. Neben Definitionen, Links, Literaturhinweisen, gibt es auch einen umfangreichen Überblick von bundesweiten Aktivitäten, Handlungsempfehlungen sowie Unterstützungsangeboten. Weitere Informationen entnehmen Sie auf der [Website der NAKOS](#).

## Sachstandsbericht „Klimawandel und Gesundheit 2023“ ist erschienen

Unter dem Motto „Gemeinsam können wir den Auswirkungen des Klimawandels begegnen“ zeigt das Robert Koch-Institut auf, wie der Klimawandel sich auf Infektionskrankheiten, antimikrobielle Resistenzen, nicht-übertragbare Erkrankungen, Allergien oder psychische Gesundheit auswirkt. Insbesondere für vulnerable Menschen, wie sie oftmals in Selbsthilfegruppen zu finden sind, sind die Folgen des Klimawandels spürbar.

Ziel ist es, den gesundheitlichen Herausforderungen entgegenzutreten und die Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Institutionen und Behörden zu stärken. Hier spielt die Stärkung der gesundheitlichen Chancengleichheit, Resilienz, Handlungsbedarfe und -fähigkeit eine entscheidende Rolle. Selbsthilfe als vierte Säule im Gesundheitssystem bekommt hier einen hohen Stellenwert zugeschrieben, da dort langjährig Gesundheitskompetenz und Resilienz entscheidende Faktoren sind, um die Lebensqualität zu erhalten bzw. zu verbessern.

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

## Neuorganisation der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD)

Im Gesetzesentwurf der Bundesregierung steht, dass die UPD künftig in einer Stiftung bürgerlichen Rechts verstetigt werden soll.

Der Spitzenverband der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) und die privaten Krankenversicherungsunternehmen (PKV) erhalten großen Einfluss auf die Gestaltung der Stiftung. Sie sollen der der Stiftung mit Jahresbeginn 2024 einen Gesamtbetrag von jährlich 15 Millionen Euro zuweisen. Ziel ist erklärtermaßen, die UPD in eine dauerhafte, staatsferne und unabhängige Struktur unter Beteiligung der maßgeblichen Patientenorganisationen zu überführen.

Diese Entwicklung sehen die maßgeblichen Patientenorganisationen kritisch. Ihr Ziel ist, eine unabhängige Beratungsarbeit auf allen Ebenen maßgeblich mitzugestalten und eine öffentlich begleitete transparente Qualitätsentwicklung im Sinne der Ratsuchenden zu gewährleisten. Dazu braucht es den politischen Mut, ein solches System unabhängig von Kostenträgern, Leistungserbringern und Industrie zu organisieren und zu finanzieren.

Weitere Informationen finden sie [hier](#).

### LITERATUR | VIDEO | PODCAST

## DAG SHG Jahrbuch 2022 / 2023 erschienen

Die 24. Ausgabe des Jahrbuches erscheint erstmalig als Doppelausgabe der Jahre 2022 und 2023 sowie ausschließlich in digitaler Form. Es werden vielfältige Erfahrungen und Berichte aus der Arbeit von Selbsthilfegruppen, Selbsthilfe-Organisationen und Selbsthilfe-Kontaktstellen präsentiert.

Download einzelner Artikel finden Sie [hier](#).

Die Gesamtausgabe als pdf Datei finden Sie [hier](#).



## INFO-Heft 127 „Wurzeln - Werte - Weiterentwicklung“ erschienen

Das neue NAKOS INFO-Heft wirft einen Blick zurück und setzt sich mit aktuellen Herausforderungen wie Digitalisierung und Pandemie auseinander. Wo liegen die Anfänge, wo stehen wir heute und was sind zukünftige Herausforderungen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe? Ebenso wird die Frage behandelt, welche Aufgaben die Klimaveränderungen mit sich bringen.

Weitere Informationen finden Sie auf der [Website der NAKOS](#).

## Video „Trau dich, gehe in eine Selbsthilfegruppe und rede mit anderen Menschen über deine Probleme“

Im Rahmen des Projekts "Kultursensible Selbsthilfe": Chancen ermöglichen, Potentiale heben" entstand ein mehrsprachiges Video, das über Selbsthilfe aufklärt. Mitgewirkt haben das Projektteam, Sprecher\*innen in den Migrantenselbstorganisationen und Dorothee Köllner von der SHK Bochum.

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

## Podcast „Stadt Land SelbsthilfeTV“

In Kooperation der Selbsthilfe-Kontaktstellen in der Stadt Duisburg und des (Land-) Kreises Wesel entstand diese Podcast-Reihe. In diesem Format werden kurze Sequenzen aus dem Selbsthilfелеben gezeigt, Anregungen zur Gruppenarbeit gegeben oder über Neuigkeiten aus den jeweiligen Kontaktstellen berichtet. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

## Buchtip: „Wenn Gefühle und Gedanken kopfstehen“

Der Verein „Mehr Zeit für Kinder e.V.“ und der Landesverband Nordrhein-Westfalen der Angehörigen psychisch Kranker e.V. veröffentlichen das Buch, das Eltern und Kindern hilft, die Krankheitsbilder Depression & Schizophrenie besser zu verstehen. Die Krankheitsbilder sind kindgerecht erklärt und stellen das Familienleben mit den Erkrankungen in den Vordergrund.

Der erste Teil richtet sich an Kinder im späten Kindergarten- und frühen Grundschulalter. Im zweiten Teil des Buches erhalten die Eltern Hilfestellung und konkrete Verhaltenstipps für den Umgang mit Kinderfragen sowie Anregungen für den gemeinsamen Alltag. Der Ratgeberteil gibt Einblicke in die Lebenswelten von betroffenen Familien sowie die wichtige Arbeit von Selbsthilfegruppen.

Die Pressemitteilung finden Sie [hier](#).

Das Buch kann kostenfrei über den [Mehr Zeit für Kinder e. V.](#) bestellt werden.



Quelle: Hrsg.: [Mehr Zeit für Kinder e.V.](#) , 2021

---

Dieser Newsletter geht an die Mail-Adressen der Abonnenten des KOSKON NRW Newsletters. Beachten Sie auch bitte unsere aktuellen Hinweise zum Datenschutz und zu Ihrem Widerspruchsrecht unter <https://www.koskon.de/datenschutz>  
Youtube Embedding (Datenschutzmodus): Es erfolgt eine Einbindung von Youtube Videoinhalten. Es findet eine Datenverarbeitung in den USA statt. Beim Laden dieser Inhalte werden Daten an den Anbieter und ggf. an Dritte übertragen.  
Wenn Sie unseren Newsletter nicht mehr erhalten möchten, dann klicken Sie unten auf den Link **INFOBRIEF ABMELDEN**



Koordination für die  
Selbsthilfe-Unterstützung in NRW ■ ■

KOSKON NRW, Friedhofstr. 39, 41236 Mönchengladbach  
Telefon 02166 248567, Fax 02166 249944, [selbsthilfe@koskon.de](mailto:selbsthilfe@koskon.de), [www.koskon.de](http://www.koskon.de)

[KONTAKT](#)

[DATENSCHUTZ](#)  
[INFOBRIEF ABMELDEN](#)

[IMPRESSUM](#)

