



**Selbsthilfe-Büro
Niedersachsen**



**Wir bewegen –
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

2021

Jahresbericht

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
1 Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen	2
1.1 Das Büro	2
1.2 Die Trägerin	3
1.3 Das Team	4
1.4 Finanzierung	4
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	5
2 Selbsthilfe in Niedersachsen	5
2.1 Selbsthilfe-Kontaktstellen	5
2.2 Selbsthilfeförderung	7
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	8
3 Selbsthilfe-Unterstützung	8
3.1 Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich	8
3.2 Fortbildungen und Veranstaltungen	11
3.3 selbsthilfegruppenjahrbuch 2021	13
3.4 Patientenbeteiligung gemäß § 140f SGB V in Niedersachsen	14
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	14
4 Informationspool	16
4.1 Starter-Set	16
4.2 Corporate Design	18
4.3 Selbsthilfe & Corona: Website und Infobrief	19
4.4 Themen und Adressen 2021: Informationsmappe	20
4.5 Seltene Themen	21
4.6 Kartenspiel „Wie geht’s? Wie steht’s?“	21
4.7 Ausstellung „1000 und eine Selbsthilfegruppe in Niedersachsen“	22
5 Vernetzung & Kooperation	22
5.1 Jahrestagung der DAG SHG	23
5.2 Fachtreffen der DAG SHG	23
5.3 Länderrat	24
5.4 Fachtreffen der Landeskontaktstellen	24
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	24
6 Besonderes Thema 2021	26
6.1 Das Jubiläumsjahr 2021	26
6.2 Die Jubiläumsveranstaltung „Der Wert der Selbsthilfe in der Zivilgesellschaft“	27
6.3 Befragung der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen	28
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	30
Impressum	31

Liebe Leser*innen,

2021 hat die Selbsthilfe in Niedersachsen gefeiert! Anlass hierfür waren drei Jubiläen: 35 Jahre Arbeitskreis der Niedersächsischen Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, 30 Jahre Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und 30 Jahre Landesförderung. Aufgrund der pandemischen Lage fand die Jubiläumsveranstaltung im November online als Livestream statt. Mit Gästen aus der aktiven Selbsthilfe, der Selbsthilfe-Unterstützung, der Wissenschaft, dem Gesundheitswesen und der Politik haben wir in einer Podiumsdiskussion wichtige Aspekte der Selbsthilfe vor und während der Pandemie diskutiert. Zudem konnten wir in diesem besonderen Rahmen erste Ergebnisse einer landesweiten Befragung der Selbsthilfe-Kontaktstellen vorstellen.

Neben dem Jubiläum hat die Corona-Pandemie im zweiten Jahr in Folge unsere Arbeit geprägt: Die Sonderwebsite „Selbsthilfe & Corona“ wurde weiter ausgebaut und der gleichnamige Infobrief fortgeführt. Wichtige Informationen für Selbsthilfe-Aktive und Fachkräfte der Selbsthilfe-Kontaktstellen wurden stetig aufbereitet und bereitgestellt. Veranstaltungen und Fortbildungen fanden – wie auch schon im Jahr zuvor – größtenteils in digitalen Formaten statt.

Im Sommer 2021 haben wir das Starter-Set „Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen. Basis- und Praxiswissen für Fachkräfte in den Kontakt- und Beratungsstellen für Selbsthilfe“ veröffentlicht. Jede neue Fachkraft in einer niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstelle erhält von uns zu Arbeitsbeginn das Set als „Willkommensgeschenk“.

Wir möchten uns ganz besonders bei allen Einrichtungen, Organisationen und Akteur*innen für die Unterstützung in den letzten 30 Jahren bedanken. Wir freuen uns auf weitere Jahre guter Zusammenarbeit!

Ihr Team vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

1 Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

1.1 Das Büro

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen ist seit 1991 eine landesweite Service-, Beratungs- und Netzwerkeinrichtung für die Selbsthilfe. Die Einrichtung arbeitet für und mit Selbsthilfe-Kontaktstellen, Selbsthilfeorganisationen, Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens sowie Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Interessierten.

Neben den Aufgabenschwerpunkten Selbsthilfe-Unterstützung, Informationspool sowie Vernetzung und Kooperation widmet sich das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen jedes Jahr weiteren inhaltlichen Themenschwerpunkten. 2021 stand besonders das Jubiläumsjahr der niedersächsischen Selbsthilfe im Fokus.

Selbsthilfe-Unterstützung

- fachliche Beratung und Unterstützung
- Qualifizierungs- und Fortbildungsangebote
- Qualitätssicherung

Informationspool

- Informationsmaterialien
- Dokumentationen und Arbeitshilfen
- Veranstaltungen

Vernetzung & Kooperation

- landes- und bundesweite Gremienarbeit
- Verankerung der Selbsthilfe im Gesundheits- und Sozialwesen

1.2 Die Trägerin

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen befindet sich in Trägerschaft der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. (DAG SHG), einer der anerkannten Vertretungen der Selbsthilfe auf Bundesebene. Die DAG SHG wurde 1982 gegründet und unterstützt seitdem als Bundesfachverband die Selbsthilfe sowie Menschen und Institutionen, die sich für Selbsthilfe interessieren oder mit ihr zusammenarbeiten wollen.

Neben dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen trägt die DAG SHG 2021 vier weitere Einrichtungen, die auf Bundes-, Landes- sowie auf regionaler Ebene als Vernetzungsstellen der Selbsthilfe-Unterstützung agieren:

- NAKOS, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen, Berlin
- KOSKON, Koordination für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen, Mönchengladbach
- Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Gießen
- Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen (SPiG), Berlin

Im Vorstand des Vereins arbeiteten in der ersten Jahreshälfte des Berichtsjahres André Beermann (Leitung der Selbsthilfe-Kontaktstelle, Kreis Viersen), Dr. Karl Deiritz (ehemalige Leitung der Selbsthilfe-Kontaktstelle WIESE e. V., Essen) und Angelika Vahnenbruck (Geschäftsführerin der Stadt-Rand gGmbH, Berlin). Alle zwei Jahre wird im Rahmen der Mitgliederversammlung ein neuer Vorstand gewählt. Dr. Karl Deiritz stellte sich nach vielen Jahren ehrenamtlicher Arbeit in der DAG SHG für das Amt nicht mehr zur Wahl. Wir bedanken uns für die kollegiale und engagierte Unterstützung unserer Arbeit. Im September 2021 wurde Sabine Bütow (ehemalige Leitung Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e. V.) seine Nachfolgerin. André Beermann und Angelika Vahnenbruck wurden als Vorstandsmitglieder wiedergewählt.

1.3 Das Team

Im Selbsthilfe-Büro Niedersachsen arbeiten im Berichtsjahr die wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen Dörte von Kittlitz (Geschäftsführerin), Anja Eberhardt (stellvertretende Geschäftsführerin), Elke Tackmann und Roswitha Schulterobben sowie die Verwaltungsfachkräfte Sabine Jordan und Sabine Nash.



Das Team vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Screenshot Dezember 2021

Stellenumfang 2021

Vier wissenschaftliche Mitarbeiterinnen (davon eine geringfügig Beschäftigte) sowie zwei Verwaltungsfachkräfte sind teilzeitbeschäftigt.

Neben den festangestellten Mitarbeiterinnen leisten jedes Jahr freiberufliche Mitarbeiter*innen einen Teil der Aufgaben im Selbsthilfe-Büro Niedersachsen.

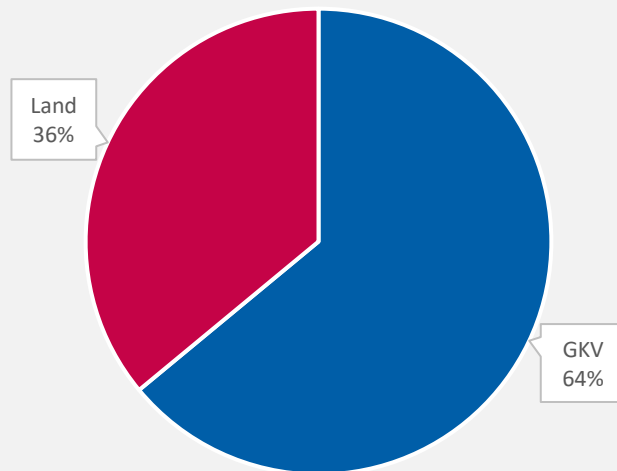
Ehrenamt

Einen wichtigen Beitrag zur Unterstützung des Länderbüros leisten jedes Jahr ehrenamtlich engagierte Menschen. An dieser Stelle bedanken wir uns herzlich bei den ehrenamtlich Aktiven für ihre wertvolle Mitarbeit.

1.4 Finanzierung

Die pauschale Finanzierung des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen setzte sich 2021 zu 36 Prozent aus Mitteln der freiwilligen sozialen Leistungen des Landes Niedersachsen und zu 64 Prozent aus der Förderung gemäß § 20h SGB V der gesetzlichen Krankenversicherungen – Gemeinschaftsförderung Niedersachsen (GKV-GSN) – zusammen. Des Weiteren erhielt das Länderbüro im Berichtsjahr zusätzlich Mittel für Projekte.

Pauschale Förderanteile 2021



Wir möchten uns für die Förderung bei allen Geldgeber*innen herzlich bedanken.

Termine und Veranstaltungen

- 01.02.** Endgültiger Einzug in die neuen Büroräume des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen (bereits 2020 Einzug in Übergangsräume) in der Karlsruher Str. 2 b, Hannover
- 17.05.** Seminar "Einführung in das gemeinsame Arbeiten im Home-Office mit Office 365", Haus des Stiftens, Teilnahme, digital
- 13.07.** Seminar Microsoft Teams Teil 1, Haus des Stiftens, Teilnahme, digital
- 20.07.** Seminar Microsoft Teams Teil 2, Haus des Stiftens, Teilnahme, digital

2 Selbsthilfe in Niedersachsen

2.1 Selbsthilfe-Kontaktstellen

Die Infrastruktur der Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen hat sich in den letzten Jahrzehnten stark gewandelt. Gab es 1986 lediglich 15 Selbsthilfe-Kontaktstellen, so hat sich seitdem ein flächen-deckendes Netz in Niedersachsen gebildet. 2021 arbeiteten bereits 37 Einrichtungen als anerkannte Selbsthilfe-Kontaktstellen und sieben befanden sich im Aufbau.

Im Jahr 2005 entwickelten alle niedersächsischen Kontaktstellen gemeinsam ein Leistungsprofil für die Anerkennung einer Selbsthilfe-Kontaktstelle und strukturelle Kriterien für ihre Arbeit. In diesem

Konzept ist eine praktische Begleitung und Unterstützung auf dem Weg zu einer anerkannten Kontaktstelle enthalten. Um dem Anspruch einer flächendeckenden Selbsthilfe-Unterstützung gerecht zu werden, gibt es in einigen Landkreisen Selbsthilfe-Kontaktstellen im Aufbau. Diese bieten als Kern der Selbsthilfe-Unterstützung für Interessierte einen Überblick über die Selbsthilfelandchaft in ihrem Landkreis, vermitteln in Selbsthilfegruppen und beraten bei Gruppenneugründungen. Um eine bessere Erreichbarkeit und Präsenz der Selbsthilfe-Kontaktstellen in ihren Landkreisen zu schaffen, haben einige Kontaktstellen Außenstellen eingerichtet.

Grund zur Freude boten im Berichtsjahr zahlreiche Jubiläen von Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich:

- ▶ 35 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstellen in Hannover, Lüneburg, Nienburg, Peine und Hameln
- ▶ 30 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstellen in Göttingen, Edeweicht, Braunschweig, Varel, Jever (Friesland), Aurich und Norden
- ▶ 25 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstelle in Osnabrück
- ▶ 15 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstelle in Rotenburg (Wümme)

Zudem feierten 2021 der Arbeitskreis der Niedersächsischen Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich sein 35-jähriges sowie das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und die Landesförderung der Selbsthilfe ihr 30-jähriges Bestehen (s. Kapitel 6).

Alle Selbsthilfe-Kontaktstellen arbeiten im „Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich“ zusammen. Die Landesarbeitsgemeinschaft ermöglicht viermal im Jahr einen trägerübergreifenden fachlichen Austausch für pädagogische Fachkräfte in den Kontaktstellen. Sie vertritt die Interessen der Selbsthilfe-Kontaktstellen gegenüber der Politik, den Krankenkassen sowie anderen Institutionen und setzt sich für eine angemessene Förderung der Selbsthilfegruppen, -organisationen und -Kontaktstellen ein (s. Kapitel 3.1).



2.2 Selbsthilfeförderung

Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen gemäß § 20h SGB V: Neustrukturierung der GKV-Pauschalförderung

Auch 2021 war das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen als Selbsthilfevertretung gemeinsam mit einer Vertreterin des Sprecher*innenteams des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich und der Freien Wohlfahrtspflege beratend an der Vergabebesitzung mit der GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen (Runder Tisch GKV) beteiligt. Für 2021 wurden hier u. a. die Kriterien zur Ermittlung der Förderhöhe für Selbsthilfe-Kontaktstellen durch die GKV neu festgelegt.

Darüber hinaus wurde, wie in allen Bundesländern, eine Geschäftsordnung für die Gemeinschaftsförderung erarbeitet. Auch an diesem Prozess waren die Selbsthilfevertretungen – und damit auch das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen – beteiligt.

Bestandteil dieser Geschäftsordnung ist, dass die Vergabebesitzungen und Förderberatungen zukünftig getrennt für die Selbsthilfe-Kontaktstellen und die landesweiten Selbsthilfeorganisationen durchgeführt werden. Hierzu führte die GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen unter den Landesorganisationen der Selbsthilfe Wahlen der Vertretungen durch. Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen wurde in den Kreis der Selbsthilfevertretungen für die Landesorganisationen gewählt und nimmt zukünftig auch an diesen Treffen teil. Darüber hinaus sieht sich das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen in der Pflicht, die gewählten landesweiten Selbsthilfeorganisationen infrastrukturell zu unterstützen.

Finanzielle Förderung der Selbsthilfe-Unterstützung durch das Land Niedersachsen: Stellungnahme zur Landesförderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und die niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen werden seit Jahren für ihre themenübergreifende Arbeit vom Land Niedersachsen finanziell gefördert. 2021 wurde die Förderung der regionalen Selbsthilfe-Kontaktstellen durch den niedersächsischen Landesrechnungshof überprüft. Für die möglichen Gespräche und Abstimmungen zwischen dem Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung und dem Landesrechnungshof wurde vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und dem Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich ein Argumentationspapier zur Verfügung gestellt, welches die Bedeutung der Selbsthilfe und deren Unterstützungsstrukturen deutlich machte.

Selbsthilfe und Pflege: Umsetzung § 45d SGB XI

Selbsthilfe-Kontaktstellen nahmen auch 2021 ihre Aufgaben im Bereich Selbsthilfe und Pflege wahr, die u. a. in der Unterstützung der Selbsthilfegruppen beim Antragsverfahren gem. § 45d SGB XI liegen. Die besondere Lage aufgrund der vielfältigen Einschränkungen während der Pandemie wirkten sich auch auf die Antragstellung aus. Die Aktivitäten von Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Kontaktstellen waren nur bedingt planbar. Bei alternativen Aktivitäten musste zudem geklärt werden, welche Aktivitäten förderfähig waren.

Seit 2020 besteht die Arbeitsgruppe Selbsthilfe und Pflege des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich und befasst sich unter anderem mit der Umsetzung von § 45d SGB XI (s. Kapitel 3.1), aber vor allem mit den Fachinhalten der Unterstützungsarbeit.

Termine und Veranstaltungen

- 04.03. Runder Tisch GKV, digital
- 13.04. Abstimmungstreffen § 20 h SGB V, digital
- 14.04. Treffen der Selbsthilfevertretungen, digital
- 12.08. Treffen der Selbsthilfevertretungen mit den Vertreter*innen der GKV, digital
- 23.11. Runder Tisch GKV, Vergabesitzung der Selbsthilfe-Kontaktstellen, digital
- 24.11. Runder Tisch GKV, Vergabesitzung der Selbsthilfeorganisationen, digital

3 Selbsthilfe-Unterstützung

Eine bedeutende Aufgabe des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen liegt in der Selbsthilfe-Unterstützung auf regionaler sowie auf Landesebene. Diese umfasst unter anderem die fachliche Beratung und Unterstützung des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, der Selbsthilfe-Kontaktstellen im Einzelnen, der Selbsthilfeorganisationen und Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens in Niedersachsen. Zudem entwickelt und plant das Länderbüro Qualifizierungs- und Fortbildungsangebote für den Selbsthilfebereich. Auch 2021 wurden trotz Pandemie – überwiegend digitale – Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte und Verwaltungsfachkräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen sowie für landesweite Selbsthilfeorganisationen durchgeführt. Die Beratung zum Thema Selbsthilfeförderung ist ebenfalls ein wichtiger Bestandteil der Selbsthilfe-Unterstützung. Auch Arbeitshilfen, Artikel für Newsletter und Zeitschriften sowie Vorträge dienen der Unterstützung von Selbsthilfe-Kontaktstellen, Organisationen und Institutionen im Selbsthilfebereich und fördern die Bekanntheit von Selbsthilfegruppen.

3.1 Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

2021 traf sich der Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich zu vier Online-Sitzungen. Um die Gesundheit der Teilnehmer*innen nicht zu gefährden, verzichtete der Arbeitskreis auch zu Zeiten, wo Präsenzveranstaltungen unter Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln möglich gewesen wären, auf Treffen in Präsenz. Die Sitzungen fanden mit den über deutsche Server laufenden Open Source-Onlinetools Jitsi bzw. BigBlueButton statt und wurden jeweils von einer Person aus dem vierköpfigen Team der Arbeitskreissprecher*innen moderiert. Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen übernahm in Absprache mit den Sprecher*innen die organisatorische und inhaltliche Vor- und Nachbereitung der Arbeitskreise. Die Sitzungen waren mit durchschnittlich 44 Teilnehmer*innen sehr gut besucht.

Bis auf die erste Sitzung wurden die digitalen Arbeitskreistreffen in ihrem bereits 2020 erprobten Format fortgeführt: Vormittags fanden inhaltliche Inputs und Diskussionen im Plenum statt und nachmittags tauschten sich die Teilnehmer*innen per Videokonferenz in vier parallelen Kleingruppen zu

Themen aus dem Arbeitsalltag aus. Die Kleingruppen wurden jeweils von einem Mitglied des Sprecher*innenteams und einer Mitarbeiterin aus dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen moderiert.

Die erste Arbeitskreissitzung im Februar stand unter dem Schwerpunktthema Selbsthilfe und Corona. Zu diesem Zeitpunkt waren Treffen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen seit vielen Wochen untersagt und die Selbsthilfe-Unterstützung bemühte sich auf Landesebene und vor Ort um eine Öffnung der Selbsthilfe, insbesondere für Gruppen aus besonders gefährdeten Bereichen wie Sucht und psychischen Erkrankungen. Ein weiteres Thema war die Überarbeitung der bisherigen Gruppenregeln für Treffen unter Corona-Bedingungen.

Die Corona-Pandemie spielte auch in den folgenden Arbeitskreisen auf verschiedenen Ebenen eine wichtige Rolle: Zum einen veränderten sich die Arbeitsbedingungen für Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfe-Unterstützung immer wieder – je nach Pandemielage – und verlangten Anpassungsleistungen oder auch mal Widerspruch. Zum anderen entwickelten sich Themen rund um Corona selbst als Austauschbedarf für Betroffene und Angehörige, zum Beispiel die Themen Long Covid oder Angehörige von an Corona Verstorbenen. Außerdem zeigten sich nach über einem Jahr Pandemie die Auswirkungen der besonderen Lebensumstände auf die Menschen: Die Nachfrage nach Gruppen mit psychischen Themen, v. a. Depression, stieg bei den Selbsthilfe-Kontaktstellen enorm an und bedeutete einen erhöhten Arbeitsaufwand.

Inhaltlicher Bestandteil jeder Sitzung war das Thema Förderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen und Selbsthilfegruppen. Regelmäßig wurden Informationen zu den Fördersträngen nach § 20h SGB V und nach § 45d SGB XI sowie zur Landesförderung weitergegeben und beraten (s. Kapitel 2.2). Im Mai stellten die Sprecher*innen im Arbeitskreistreffen das aktuelle Konzept der pauschalen Fördermittelverteilung in Niedersachsen vor.

Für die letzte Sitzung im November konnte der Arbeitskreis die Landesdrogenbeauftragte Bärbel Lörcher-Straßburg als Gast begrüßen. Es ging darum, einander kennenzulernen und die Weichen für zukünftige Kooperationen zu stellen. Die Landesdrogenbeauftragte stellte die niedersächsischen Strukturen der Suchtbekämpfung, Suchtkrankenhilfe und Suchtprävention sowie ihren Aufgabenbereich vor, der u. a. die inhaltliche Weiterentwicklung des Fachgebiets und die Beteiligung an Gesetzesvorhaben umfasst. Im Gegenzug berichteten Mitarbeiter*innen aus den Selbsthilfe-Kontaktstellen über den Suchtbereich und die Aktivitäten der Suchtselbsthilfe in den Kontaktstellen sowie über ihre Einbindung in ihre regionalen Kooperationsstrukturen. Der Austausch zeigte, dass sich die Arbeitsbereiche an einigen Stellen berühren. Sowohl die Selbsthilfe-Kontaktstellen als auch die Landesdrogenbeauftragte können sich eine Zusammenarbeit unter Einbindung der Niedersächsischen Landesstelle gegen die Suchtgefahr (NLS) gut vorstellen.

Das Thema Jubiläum der Selbsthilfe in Niedersachsen – 35 Jahre Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, 30 Jahre Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und 30 Jahre Förderung der Selbsthilfe durch das Land Niedersachsen – beschäftigte den Arbeitskreis das gesamte Berichtsjahr. Fachkräfte aus den Selbsthilfe-Kontaktstellen waren bereits seit dem Vorjahr in die Planung der Jubiläumsaktivitäten eingebunden. Leider konnte nicht alles realisiert werden (zum Jubiläum s. Kapitel 6).

Weitere Themen des Arbeitskreises waren u. a. Pflegeselbsthilfe sowie die Problematik von Querdenker*innen und GOPAL-Gruppen in der Selbsthilfe.

Die Sprecher*innen des Arbeitskreises vertreten zusammen mit dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die fachlichen, politischen und förderrechtlichen Interessen der niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen in landes- und bundesweiten Gremien. Die Vergabesitzung mit der GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen (Runder Tisch GKV, s. Kapitel 2.2) ist eines dieser Gremien. Zudem unterstützt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die Interessen des Arbeitskreises in landesweiten Gremien wie den vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung organisierten Niedersachsen-Ring und Landesinitiativentreffen oder im Fachbeirat des Landesstützpunktes Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen.

Auf Bundesebene ist der Arbeitskreis im Länderrat, dem jährlichen Fach- und Austauschtreffen aller Landesarbeitsgemeinschaften der Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich sowie Einrichtungen der DAG SHG, vertreten (s. Kapitel 5.3). Die Mitarbeit in diesem Gremium wird durch eine Sprecherin des Arbeitskreises und durch das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen wahrgenommen. 2021 fand der Länderrat am 14. und 15. September als Präsenztreffen in Leipzig statt.

2021 hat die DAG SHG einen bundesweiten Fachausschuss Pflegeselbsthilfe eingerichtet, an dem eine Sprecherin und das Länderbüro als Vertretung des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich teilnahmen.

Arbeitsgruppe Selbsthilfe und Pflege

Nach Anregungen aus dem Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich organisiert das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen seit 2020 eine Arbeitsgruppe zum Thema „Selbsthilfe und Pflege“. Der Schwerpunkt der AG liegt vorrangig auf inhaltlichen Aspekten der Unterstützung von Pflegeselbsthilfegruppen. Daneben werden Fragen bezüglich der Umsetzung der Förderrichtlinie diskutiert, findet ein Austausch zur Situation der Pflegeselbsthilfe vor Ort statt und wird auch der Blick in andere Bundesländer geworfen.

2021 fanden zwei digitale Sitzungen statt. Themen waren u. a. die Zielgruppenansprache und die Betreuung der Pflegebedürftigen bei Gruppentreffen. Auf Wunsch der Teilnehmer*innen nahm Jana Schuschke, Referentin von „wir pflegen! e. V.“ – der Interessenvertretung und Selbsthilfeorganisation pflegender Angehöriger in Deutschland –, an einer Sitzung teil. Sie stellte den Bundesverband und seine Tätigkeiten in Niedersachsen sowie die Austausch-App „in.kontakt“ vor.

Die AG wird 2022 fortgesetzt.

Corona-Kaffeepause

Bereits im ersten Jahr der Pandemie fanden auf Wunsch der Selbsthilfe-Kontaktstellen mehrere durch das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen organisierte digitale Austauschtreffen statt. Diese boten Raum, sich mit den Kolleg*innen aus den anderen Selbsthilfe-Kontaktstellen zu Themen, die durch die Pandemie beeinflusst waren, zu besprechen. Im Berichtsjahr wurde dieses Angebot verstetigt und leicht verändert fortgeführt: Jeden ersten Dienstag im Monat zwischen neun und zehn Uhr waren Mitarbeiter*innen der Selbsthilfe-Kontaktstellen zur virtuellen Corona-Kaffeepause eingeladen. Hier konnten sie ihre Arbeitssituation vor Ort besprechen, die Umsetzung der Corona-Verordnung erörtern, über Themen wie zum Beispiel Digitalisierung der Selbsthilfe diskutieren und sich bei Fragen, die gelegentlich auch mal *nicht* Corona betrafen, von Kolleg*innen beraten lassen. Auch das eine oder andere persönliche Wort fand in diesen Runden seinen Raum.



Die Corona-Kaffeepausen wurden durch Sprecher*innen des Arbeitskreises bzw. durch das Länderbüro moderiert. Der Termin der Kaffeepausen sowie der Zugangslink blieben immer gleich, so dass das Angebot verlässlich und niedrigschwellig war. An den Treffen nahmen durchschnittlich zehn Personen teil.

Bei einer Abfrage im Arbeitskreis entschieden sich die Selbsthilfe-Kontaktstellen für eine Fortsetzung des Angebots im Jahr 2022.

3.2 Fortbildungen und Veranstaltungen

Fachtreffen für Selbsthilfe-Kontaktstellen zum Thema Junge Selbsthilfe in Niedersachsen

Junge Menschen in der Selbsthilfe, das ist bereits seit Jahren ein Thema für die Unterstützung. In sehr vielen Landkreisen in Niedersachsen haben die Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich Konzepte und Strategien für die Ansprache und Einbindung junger Leute erarbeitet.

Im Berichtsjahr lud das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen am 7. Juli und am 8. Dezember die Fachkräfte der Selbsthilfe-Kontaktstellen zum Fachtreffen „Junge Selbsthilfe in Niedersachsen“ ein. Die Veranstaltung findet seit 2018 zweimal im Jahr statt und musste aufgrund der Pandemie – bereits zum dritten und vierten Mal – digital durchgeführt werden. Die Veranstaltung dient dem Erfahrungsaustausch der Fachkräfte und bietet den Beteiligten die Möglichkeit, gemeinsam Ideen und Konzepte für den Arbeitsbereich Junge Selbsthilfe zu entwickeln.

2021 standen – wie schon im Jahr zuvor – die Herausforderungen durch die Corona-Pandemie im Fokus der Treffen. Themen waren zum Beispiel die problematische Raumsituation für (junge) Selbsthilfegruppen, Gruppenauflösungen als Folge der Pandemie und digitale Austauschformate. Zudem wurde auch über Öffentlichkeitsarbeit, Social Media, Kooperationen mit Bildungseinrichtungen und weitere Themen diskutiert.

Im Juli war bereits zum zweiten Mal Nathalie Wiemann, Koordination für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen (KOSKON), zu Besuch. Sie berichtete über den Arbeitskreis der Jungen Selbsthilfe NRW. Dieser bestand im Berichtsjahr bereits seit anderthalb Jahren und setzt sich aus Aktiven aus Selbsthilfeorganisationen sowie Fachkräften aus Selbsthilfe-Kontaktstellen zusammen. Seit Mitte 2019 präsentiert sich die Junge Selbsthilfe in NRW auch auf Instagram unter „Junge Selbsthilfe NRW“. Ein weiterer Gast in der Austauschrunde am Ende des Jahres war Dorothee Arndt, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS). Sie stellte die Arbeit zum Thema Junge Selbsthilfe auf Bundesebene vor: So plant die NAKOS zum Beispiel den

Wir unterstützen



Ausbau des bereits bestehenden Portals „Schon mal an Selbsthilfegruppen gedacht?“ sowie ein Projekt zu Best Practice-Beispielen in der Kooperation mit Bildungseinrichtungen. Auch das Bundestreffen der Jungen Selbsthilfe – mit Aktiven und Professionellen aus den Selbsthilfe-Kontaktstellen – soll zukünftig wieder stattfinden.

Die 2020 gegründete Arbeitsgruppe „Junge Selbsthilfe Website/Instagram“ hat sich nach mehreren Treffen im Sommer 2021 aufgelöst: Die Betreuung einer landesweiten Instagram-Seite war im Berichtszeitraum mit den vorhandenen finanziellen

und personellen Ressourcen nicht möglich. Stattdessen ist eine Unterseite zum Thema Junge Selbsthilfe auf der Website des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen in Planung.

Austauschveranstaltungen für Neue in der Selbsthilfe-Unterstützung

Im Gegensatz zu früheren Jahren mussten die Austauschveranstaltungen für neue pädagogische Fachkräfte in der Selbsthilfe-Unterstützung¹ das erste Mal online durchgeführt werden. Doch das minderte nicht die Qualität des Treffens, wie Moderator Götz Liefert im Anschluss bemerkte. Bereits 2020 hatte sich Götz Liefert vom ursprünglichen Format der Austauschveranstaltung mit vorausgehendem inhaltlichem Input abgewandt und ein Setting gewählt, das einer Gruppensupervision glich. Bei den damaligen Teilnehmer*innen war dies sehr positiv aufgenommen worden.

Zwei Gruppen von acht Teilnehmer*innen trafen sich jeweils an einem Tag für drei Stunden. Unter der Anleitung von Götz Liefert tauschten sich die Beteiligten zu ihren Erfahrungen und Problemen im neuen Berufsfeld aus. Dabei fungierte die Gruppe als Spiegel, in dem sich Konflikte und Ressourcen zeigten und Lösungen entwickelt werden konnten. Die Beteiligten sprachen von einem sehr gelungenen Austausch und wünschten sich ein weiteres Treffen im Verlauf des Jahres, das aus Kostengründen aber nicht mehr stattfinden konnte.

Easytalk: Gespräche tragen – auch in der Selbsthilfe

Die Fortbildung in der Kommunikationsmethode Easytalk für pädagogische Fachkräfte in Selbsthilfe-Kontaktstellen fand als Präsenzveranstaltung im September unter 3G-Bedingungen im Stephansstift in Hannover statt. Es nahmen elf Personen aus ganz Niedersachsen teil. Durch den Tag führten die Referentinnen Claudia Dreher (Sozialpädagogin, Graduierte in idiolektischer Gesprächsführung und Mitbegründerin des Gesprächskonzeptes Easytalk) und Claudia Walderbach (Sozialpädagogin, Körperpsychotherapeutin und Leiterin der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen Schaumburg).

Easytalk ist ein aus der Idiolektik entwickeltes Konzept, in dem es um eine ressourcenorientierte und wertschätzende Art der Gesprächsführung geht.² Aus diesem Grund eignet es sich gut für die Selbsthilfe. „Zieloffenes Fragen und vorurteilsfreies, offenes Hin- und Zuhören sind die Schlüssel von Easytalk. Statt im Gespräch nur auf das Problem zu fokussieren, gilt es zu schauen, wo es Ressourcen gibt, nach denen man/frau fragen kann. Die Eigensprache (der Idiolekt) des Befragten wird aufgenommen und ein Raum eröffnet, in dem eigene Lösungen in entspanntem Zustand generiert werden können.“ (Claudia Walderbach in der Einladung zur Fortbildung)

Informationen zur Methode Easytalk

Die Referentinnen stellten nicht nur das Konzept mit anschaulichen Beispielen dar, sondern ließen die Teilnehmer*innen mit praktischen Übungen Easytalk erleben. Claudia Walderbach berichtete zudem über die Erfahrungen bei der Anwendung von Easytalk innerhalb der Selbsthilfe im Landkreis Schaumburg.

Austausch für Verwaltungskräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen: „Was hat Corona mit mir und meiner Arbeit gemacht?“

Die dritte niedersächsische Fortbildung für Verwaltungsfachkräfte im Selbsthilfebereich widmete sich dem Thema Arbeit mit bzw. nach Corona. Im Gegensatz zu den pädagogischen Fachkräften hatten die Mitarbeiter*innen in der Verwaltung der Selbsthilfe-Kontaktstellen kaum Austauschmöglichkei-

¹ Als *neu* in der Selbsthilfe gelten Fachkräfte, die in den letzten zwei Jahren – vor Veranstaltungsdatum – ihre Tätigkeit in einer Selbsthilfe-Kontaktstelle aufgenommen haben.

² Informationen zur Idiolektik unter <https://idiolektik.de/>.

ten zu den durch die Pandemie auch für sie veränderten Arbeitsbedingungen. Aus diesem Grund wurde in der Veranstaltung gemeinsam die Corona-Zeit rekapituliert und über die Rückkehr in den *alten* Arbeitsalltag und Wünsche an die zukünftige Arbeitssituation gesprochen. Dabei standen auch positive Veränderungen aus dieser Zeit im Fokus.

Das Austauschtreffen fand im digitalen Format statt. Für die Moderation konnte Maren Ulbrich gewonnen werden. Sie arbeitet seit vielen Jahren als Coach, Trainerin und Mediatorin und kennt als Fortbildnerin auch den Bereich der Selbsthilfe.

Datenschutz für Selbsthilfegruppen

Zum zweiten Mal bot das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen ehrenamtlichen Verbandsmitgliedern aus der Selbsthilfe eine Fortbildung zum Thema Datenschutz an. In Selbsthilfeorganisationen werden personenbezogene Daten verarbeitet, die zumeist als besonders schützenswert gelten, da sie auf Erkrankungen oder andere herausfordernde Lebensumstände bezogen sind. Das stellt hohe Anforderungen an die Selbsthilfe-Aktiven.

In der Fortbildung wurde praxisnah über die Aufgaben von Datenschutzverantwortlichen informiert. Daneben gab es genügend Raum für die Fragen der Teilnehmer*innen, für die die Referentin Nadine Schönig, Juristin und Datenschutzbeauftragte der Firma S-CON in Hannover, auch im Nachgang der Veranstaltung zur Verfügung stand.

Es nahmen 20 Selbsthilfe-Aktive sowie die Mitarbeiterinnen des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen an der Fortbildung teil.

3.3 selbsthilfegruppenjahrbuch 2021

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen ist als Einrichtung der DAG SHG an der Erstellung der jährlich erscheinenden Fachschrift „selbsthilfegruppenjahrbuch“ beteiligt, welche die DAG SHG seit 1999 herausgibt. Bundesweit ist die Sammlung von Artikeln aus der Selbsthilfepraxis und -forschung einmalig. Sie stellt – wie auch schon die in den Jahren von 1978 bis 1998 erschienene Vorgängerversion „selbsthilfegruppen nachrichten“ – eine wichtige Informationsquelle für und über Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfe-Kontaktstellen dar. Das selbsthilfegruppenjahrbuch ist sowohl als Printmedium als auch online verfügbar.

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen verantwortet regelmäßig die Auswahl mehrerer Autor*innen und die redaktionelle Betreuung der Beiträge. Zudem veröffentlichen Mitarbeiter*innen des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen in unregelmäßigen Abständen eigene Fachbeiträge in dem Sammelband.

Die 2021er-Ausgabe des Jahrbuchs wurde nach der Verabschiedung von Jürgen Matzat, der 42 Jahre lang als verantwortlicher Redakteur das selbsthilfegruppenjahrbuch und seine Vorgängerpublikation betreute, erstmals von einem Redaktionsteam aus vier DAG SHG-Einrichtungen geleitet. Dabei konnten die Neuen im Team weiterhin auf die Expertise von Dörte von Kittlitz aus dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen zurückgreifen, die diese Aufgabe bereits über viele Jahre an der Seite von Jürgen Matzat innehatte.

Die 23. Auflage des Jahrbuchs umfasst 15 Beiträge, an denen insgesamt 37 Autor*innen mitgewirkt haben. Corona und der (kreative) Umgang der Selbsthilfe mit der Pandemie standen dabei im Fokus mehrerer Beiträge. Daneben befassen sich einige Artikel mit dem Thema Partizipation. Aber auch der

ehemalige Redakteur Jürgen Matzat und Ideengeber des selbsthilfegruppenjahrbuchs wird gewürdigt.

Artikel, die das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen redaktionell betreut hat:

- ▶ Katrin Berger, Bettina Brandt, Sabine Campe, Silke Gdanitz, Petra Mohr, Andrea Pohlenga, Rebecca Pohlmann und Michaela Welzel: „Wir halten Kontakt!“ – Niedersächsische Selbsthilfekontaktstellen gehen neue Wege in der Pandemie
- ▶ Helmut A. Kurtz: Unsere virtuelle Selbsthilfegruppe – Entstehung und Erfahrungen
- ▶ Jürgen Matzat: „Ich hatte Feuer gefangen an der Idee, dass Menschen da etwas miteinander füreinander machen ohne professionelle Beteiligung“
- ▶ Frank Omland: „Gemeinsam. Ein Selbsthilfe-Comic“. Ein Projekt in Zeiten der Pandemie

 [Zum selbsthilfegruppenjahrbuch 2021](#)

3.4 Patientenbeteiligung gemäß § 140f SGB V in Niedersachsen

Nachdem Treffen der Koordinierungsgruppe Patientenbeteiligung in Niedersachsen im ersten Jahr der Corona-Pandemie nicht stattgefunden hatten, traf sich die Gruppe 2021 drei Mal in digitaler Form.

Im Vordergrund stand die Neuausrichtung der Patientenbeteiligung in Niedersachsen. Die Mitglieder der Koordinierungsgruppe waren sich seit längerem darüber einig, dass mit der bisherigen – im Wesentlichen ehrenamtlichen – Arbeit der Gruppe die Unterstützung der sachkundigen Personen in Niedersachsen nicht angemessen gewährleistet werden kann. Sachkundige Personen oder neue Interessierte konnten nicht bedarfsgerecht unterstützt werden.

Alle bisherigen Versuche, eine Finanzierung für eine professionelle Unterstützung zu erhalten, waren fehlgeschlagen. 2021 wurde daran gearbeitet, die Umsetzung der Gesetzesänderung 2020 des § 140f SGB V zu gewährleisten. Unter anderem führte die Koordinierungsgruppe ein Treffen mit einem Mitglied der Koordinierungsgruppe Bund durch und ließ sich ausführlich über die gesetzlichen Möglichkeiten der Finanzierung einer Stabstelle und erste praktische Schritte auf diesem Wege beraten.

Termine und Veranstaltungen

- 27.01.** Treffen Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 16.02.** Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 01.03.** Bundestreffen der Patientenvertreter*innen, digital
- 02.03.** Treffen Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 18.03.** Beratungstreffen mit MdB und Selbsthilfe-Kontaktstelle Wilhelmshaven, digital
- 27.04.** Treffen Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital

- 06.05. Treffen Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 10.05. AG Website/Instagram, digital
- 11.05. Treffen Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 18.05. Corona-Kaffeepause, digitales Austauschformat für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen
- 27.05. Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 01.06. Corona-Kaffeepause, digitales Austauschformat für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen
- 07.06. AG Website/Instagram, digital
- 29.06. AG Website/Instagram, digital
- 29.06. AG Selbsthilfe und Pflege (§ 45 d SGB XI), digital
- 30.06. Fortbildung Austausch für Neue in der Selbsthilfe-Unterstützung, digital
- 06.07. Corona-Kaffeepause, digitales Austauschformat für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen
- 06.07. Fortbildung Austausch für Neue in der Selbsthilfe-Unterstützung, digital
- 07.07. Fachtreffen für Selbsthilfe-Kontaktstellen zum Thema Junge Selbsthilfe in Niedersachsen, digital
- 13.07. Koordinierungstreffen § 140 f SGB V, digital
- 22.07. Treffen Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 03.08. Corona-Kaffeepause, digitales Austauschformat für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen,
- 01.09. Fortbildung für Selbsthilfe-Kontaktstellen „Easytalk“, Hannover
- 09.09. Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 14.09. AG Website/Instagram, digital
- 22.09. AG Selbsthilfe und Pflege (§ 45 d SGB XI), digital
- 28.09. Treffen Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 05.10. Corona-Kaffeepause, digitales Austauschformat für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen
- 07.10. Koordinierungsgruppe Patientenvertretung Niedersachsen, digital
- 22.10. Einweihungsfeier Selbsthilfe-Kontaktstelle in Wilhelmshaven, Teilnahme, Wilhelmshaven

- 02.11. Corona-Kaffeepause, digitales Austauschformat für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen
- 03.11. Treffen Sprecher*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 16.11. Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital
- 30.11. Austauschveranstaltung für Verwaltungskräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen: "Was hat Corona mit mir und meiner Arbeit gemacht?", digital
- 07.12. Corona-Kaffeepause, digitales Austauschformat für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen
- 08.12. Fachtreffen für Selbsthilfe-Kontaktstellen zum Thema Junge Selbsthilfe in Niedersachsen, digital
- 15.12. Fortbildung Datenschutz in Selbsthilfeorganisationen, digital

4 Informationspool

Der Informationspool ist die zweite wichtige Säule in der Arbeit des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen. In dieses Aufgabenfeld fallen zum Beispiel die Datenbank, die Referent*innendatenbank, die Website und die Öffentlichkeitsmaterialien. Ein zentraler Bestandteil des Informationspools ist die jährlich herausgegebene Informationsmappe „Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen“. 2018 wurde das Arbeitsfeld um die Suchfunktion „Seltene Themen“ vergrößert. Zudem wurde 2020 die Internetseite des Länderbüros um die Sonderseite „Selbsthilfe & Corona“ sowie den – seit Beginn der Corona-Pandemie – regelmäßig erscheinenden gleichnamigen Infobrief erweitert. Ein besonderes Augenmerk lag im Berichtsjahr auf der Fertigstellung des Starter-Sets „Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen. Basis- und Praxiswissen für Fachkräfte in den Kontakt- und Beratungsstellen für Selbsthilfe“ und des Manuals zum Corporate Design des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen.

4.1 Starter-Set

In den letzten Jahren haben viele neue Fachkräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen ihre Tätigkeit aufgenommen. Um die neuen Mitarbeiter*innen in der Selbsthilfe-Unterstützung willkommen zu heißen, hat sich der Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich ein „fachliches“ Willkommensgeschenk gewünscht. Die Idee hierzu wurde vom Länderbüro im Berichtsjahr umgesetzt.



Das Starter-Set

Die im Sommer 2021 fertiggestellte Arbeitshilfe „Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen. Basis- und Praxiswissen für Fachkräfte in den Kontakt- und Beratungsstellen für Selbsthilfe“ umfasst folgende Inhalte:

- ▶ **Gemeinschaftliche Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen**
- ▶ **Arbeiten in der Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen**
 - Kontakt- und Beratungsstellen für Selbsthilfe in Niedersachsen
 - Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich
 - Selbsthilfe-Büro Niedersachsen
- ▶ **Selbsthilfeförderung in Niedersachsen**
 - Krankenkassen gemäß § 20h SGB V
 - Pflegeversicherung/Land gemäß § 45d SGB XI
 - Land Niedersachsen
 - Weitere Fördermöglichkeiten
- ▶ **Praktische Hilfen für den Arbeitsalltag**
 - Informationsmappe
 - Kartenspiel „Wie geht’s? Wie steht’s? Spielerische Impulse für Selbsthilfegruppen“
 - Referent*innendatenbank
 - Suchfunktion Seltene Selbsthilfethemen
 - Weitere Materialien
- ▶ **Selbsthilfe in der Gesellschaft**
 - Patientenbeteiligung gemäß § 140f SGB V
- ▶ **Entwicklungen in der Selbsthilfe**
 - Soziale Selbsthilfe
 - Junge Selbsthilfe
 - Selbsthilfe und Pflege
 - Selbsthilfe und psychische Themen
 - Selbsthilfe von Menschen mit Migrationsgeschichte

Das Starter-Set wurde ausdrücklich für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen erstellt und bezieht sich auf die hiesigen Rahmenbedingungen. Es ist so konzipiert, dass es bei inhaltlichen Änderungen einfach angepasst und/oder ergänzt werden kann.

Das Starter-Set wird in Form eines Ordners an die neuen pädagogischen Fachkräfte überreicht. Eine digitale Version liegt jeder Selbsthilfe-Kontaktstelle in Niedersachsen vor.



Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen bedankt sich für die Projektförderung bei der BARMER-Ersatzkasse.

4.2 Corporate Design

Gemeinsam mit der Grafikgemeinschaft Blattwerk entwickelte das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen im Berichtsjahr erstmals ein Corporate Design Manual. Dieses bildet fortan die Grundlage für die Öffentlichkeitsarbeit des Länderbüros und beinhaltet alle Informationen rund um die visuelle Gestaltung. Im Manual wurden die wichtigsten Punkte wie zum Beispiel Logo-Design, Schriften, Formen und auch Farben zusammengefasst. Zusätzlich wurden die Themen barrierefreie Gestaltung und Leichte Sprache aufgenommen.



4.3 Selbsthilfe & Corona: Website und Infobrief

Auch im zweiten Jahr der Corona-Pandemie mussten Selbsthilfeorganisationen, Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Kontaktstellen ihre Aktivitäten und Tätigkeiten stetig der sich rasant verändernden pandemischen Lage und den damit einhergehenden wechselnden Regelungen und Maßnahmen anpassen.



Um die Selbsthilfe-Aktiven und die Fachkräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen zeitnah über Wichtiges rund um das Thema Selbsthilfe und Corona zu informieren, hatte das Länderbüro bereits im April 2020 die Sonderwebsite „Selbsthilfe & Corona“ entwickelt. Diese wurde auch im Berichtsjahr fortgeführt.

Die Internetseite „Selbsthilfe & Corona“ beinhaltet folgende Themenbereiche:

- ▶ Die aktuelle Frage aus der Selbsthilfe
- ▶ Informationsmöglichkeiten (Gesundheit, Selbsthilfe und Soziales, barrierefreie Informationen)
- ▶ Tipps und Ideen (Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen, Selbsthilfeorganisationen in Niedersachsen, weitere Quellen)
- ▶ Digitaler Austausch
- ▶ Vorschriften und Empfehlungen (Rechtliche Bestimmungen und Sonderregelungen, Handreichungen und Empfehlungen)
- ▶ Förderung
- ▶ Hilfe in der Not
- ▶ Nachrichten (plus Archiv)

In der Rubrik „Die aktuelle Frage aus der Selbsthilfe“ veröffentlicht das Länderbüro zeitnah wichtige Informationen zu Corona-Maßnahmen und -Regelungen rund um das Thema Gruppentreffen in der Selbsthilfe. Während der Pandemie wurde die niedersächsische Corona-Verordnung regelmäßig überarbeitet und der Lage angepasst: So waren 2021 – wie auch schon im Jahr 2020 – Gruppentreffen zeitweise untersagt und zeitweise unter der Einhaltung bestimmter Maßnahmen wieder möglich. In der Rubrik „Tipps und Ideen“ bündelt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen Ideen, Konzepte und Tipps für Selbsthilfe-Aktive und Selbsthilfe-Unterstützer*innen von Selbsthilfe-Aktiven und Selbsthilfe-Unterstützer*innen. Viele Kontaktstellen und Organisationen sowie Gruppen aus dem Selbsthilfebereich sind 2021 aktiv geworden. Sie haben alternative Wege gefunden mit den Auswirkungen der Kontaktbeschränkungen und Schutzmaßnahmen umzugehen.

Eine Ergänzung zur Sonderwebsite bildet der gleichnamige Infobrief. Dieser informiert zusätzlich über die Corona-Lage im Selbsthilfebereich und wurde im Berichtsjahr regelmäßig an Selbsthilfeorganisationen, Selbsthilfe-Kontaktstellen sowie Betroffene und Interessierte versandt.

 [Zur Sonderwebsite „Selbsthilfe & Corona“](#)

4.4 Themen und Adressen 2021: Informationsmappe

Die Informationsmappe „Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen“ erleichtert Betroffenen und Interessierten die Kontaktaufnahme zu Selbsthilfe-Kontaktstellen und landesweiten Selbsthilfeorganisationen. Zudem ermöglicht sie eine zielgerichtete Suche nach Selbsthilfegruppen.

Die Informationsmappe umfasst folgende Verzeichnisse:

- ▶ **Themen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen**
- ▶ **Landesweite Selbsthilfeorganisationen in Niedersachsen**
- ▶ **Niedersächsische Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich**

Seit 2020 erscheinen alle Verzeichnisse der Informationsmappe mit Abschnitten in Leichter Sprache.



Themen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

Die jährliche Erhebung der bei den Selbsthilfe-Kontaktstellen gemeldeten Grundthemen der regionalen Selbsthilfegruppen kann die Suche auf bestimmte Themen zentrieren. Das Verzeichnis unterstützt Interessierte und Fachleute bei der Suche nach bestimmten Themen und vermittelt einen Eindruck über das Themenspektrum der Selbsthilfe in Niedersachsen. Durch die jährliche Aktualisierung ist das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen in der Lage, längerfristige Entwicklungen bei den Selbsthilfethemen nachzuvollziehen und in seine Arbeit einzubeziehen. Im Index und in der Tabelle können außerdem bestimmte Akteursgruppen und Themen identifiziert werden, beispielsweise Selbsthilfegruppen speziell von Menschen mit Migrationsgeschichte oder zu psychischen Themen.

Landesweite Selbsthilfeorganisationen in Niedersachsen

2021 meldeten sich beim Selbsthilfe-Büro Niedersachsen 95 landesweite Selbsthilfeorganisationen, um ihre Kontaktdaten und die Themen ihrer Arbeit in das Verzeichnis aufnehmen zu lassen.³

Die Organisationen werden fast ausschließlich durch ehrenamtliches Engagement getragen.⁴ Alle landesweiten Organisationen leisten durch das Engagement ihrer Mitglieder und Vorstände unverzichtbare Arbeit für Beratung und Öffentlichkeitsarbeit zu ihren Themen, aber auch in der Vertretung der

³ Im Vorjahr lag die Zahl der gemeldeten Selbsthilfeorganisationen bei 90.

⁴ Lediglich einzelne Organisationen, wie zum Beispiel die Rheuma-Liga, die Aidshilfe oder die Multiple Sklerose Gesellschaft, werden unter anderem hauptamtlich unterstützt.

Betroffenen in verschiedenen Gremien. Wer sich an eine Selbsthilfeorganisation wenden möchte, kann dies anhand der Kontaktdaten sowie Indexsuche im Verzeichnis tun.

Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

2021 erkannte der Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich 37 Einrichtungen als vollwertige Selbsthilfe-Kontaktstellen und sieben als im Aufbau befindliche Einrichtungen an. Das Verzeichnis der Selbsthilfe-Kontaktstellen informiert neben den Kontaktdaten der Hauptstandorte auch über vorhandene Außenstellen sowie die Sprechzeiten, die in den Einrichtungen gesprochenen Sprachen und darüber, ob Junge Selbsthilfe angeboten wird.

4.5 Seltene Themen

Zum Serviceangebot auf der Website des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen gehört die Suchfunktion „Seltene Themen“. Betroffenen mit seltenen Erkrankungen bzw. Lebensherausforderungen wird durch einen Website-Eintrag die Suche nach Gleichbetroffenen ermöglicht. Auch Betroffenen, die nicht im eigentlichen Sinne ein seltenes Thema haben, aber in ihrem näheren Umkreis keine Austauschmöglichkeiten finden, steht die Suchfunktion offen. Im Jahr 2021 gab es zehn Gesuche.

4.6 Kartenspiel „Wie geht’s? Wie steht’s?“

Die Erfolgsgeschichte der Arbeitshilfe für Selbsthilfegruppen hat sich 2021 fortgesetzt: Seinen Ursprung hatte das in Zusammenarbeit mit Pädagoginnen aus niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen entwickelte Kartenspiel 2016 als Give-away für die Teilnehmer*innen des ersten niedersächsischen Selbsthilfekongresses in Oldenburg. Die erste Auflage umfasste 500 Stück und wurde – kostenlos – innerhalb der Selbsthilfe Niedersachsens verteilt. Inzwischen wurden mit der fünften Auflage 2021 insgesamt über 16.000 Exemplare an Selbsthilfegruppen, Selbsthilfe-Kontaktstellen und Selbsthilfeorganisationen in ganz Deutschland weitergegeben.



Dabei hat das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die Kartenspiele nicht in dieser Menge vorgehalten und verkauft oder in großen Stückzahlen kostenlos abgegeben. Lediglich einzelne Exemplare konnten Interessent*innen aus dem eigenen Bestand überlassen werden. Der über die Jahre anhaltend großen Nachfrage begegnete das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen damit, die Anfragen zu sammeln und zu bündeln. Alle zwei Jahre – wie im Berichtsjahr – erfolgte somit eine bundesweite Werbeaktion und Abfrage über die Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfe-Kontaktstellen aller Bundesländer bzw. über die NAKOS-Verteiler der ROTEN ADRESSEN (Selbsthilfe-Kontaktstellen) und GRÜNEN ADRESSEN (Selbsthilfeorganisationen). Die Kartenspiele wurden dann „on demand“ gedruckt und zum Selbstkostenpreis plus Versandkosten abgegeben. Hinter der bundesweiten Abfrage lag die Absicht, eine möglichst große Gesamtbestellmenge zu generieren und entsprechend niedrige Druckkosten für das einzelne Spiel zu erwirken.

Bei diesem aufwändigen Verfahren übernahm das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die Ansprache und Bestellsannahme. Versand und Rechnungsstellung liefen direkt über die Druckerei.

4.7 Ausstellung „1000 und eine Selbsthilfegruppe in Niedersachsen“

Die Wanderausstellung des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen hat die Öffentlichkeitsarbeit im Selbsthilfebereich über einen sehr langen Zeitraum – seit 1994 – bereichert. Im Laufe der Zeit ist sie jedoch *deutlich* in die Jahre gekommen. Viele Tafeln zeigten veraltete Informationen. Diese müssten bei einer Neuausleihe zunächst korrigiert werden, was eine zeitaufwändige, teure Beauftragung von Grafik und Erstellung bedeuten würde. Zudem hatten sich die Kosten für die Lagerung der Ausstellung erhöht.

Diese Umstände führten zu der Entscheidung, die Ausstellung abzuwickeln. Die Tafeln wurden entsorgt bis auf einige wenige, die weiterhin in den Räumlichkeiten des Länderbüros genutzt werden.



Eine Tafel der Wanderausstellung

5 Vernetzung & Kooperation

Ein bedeutender Aufgabenbereich in der Arbeit des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen ist die landes- und bundesweite Vernetzung und Kooperation mit Fachkräften aus der Selbsthilfe, Akteur*innen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen sowie der Politik. Das Länderbüro arbeitet in verschiedenen Gremien auf Landesebene und in Fachgremien auf Bundesebene mit:

- Koordinierungsgruppe Patientenbeteiligung Niedersachsen (Verwaltung und Koordination)
- Länderrat (bundesweites Treffen der Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe-Kontaktstellen)
- Fachtreffen der Landeskontaktstellen
- Niedersachsen-Ring (Beirat zur Förderung des bürgerschaftlichen Engagements)
- Arbeitskreis Patientenrechte und -informationen in Niedersachsen
- Fachbeirat Landesstützpunkt Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen
- Landesinitiativentreffen
- Landesarbeitsgemeinschaft Freie Wohlfahrtspflege
- Vergabesitzung mit der GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen (Runder Tisch GKV)
- Fachtreffen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. und deren Einrichtungen
- u. v. m.

Aufgrund der pandemischen Lage fanden viele Ausschüsse und Fachgremien 2021 als digitale Veranstaltung statt.

5.1 Jahrestagung der DAG SHG

Die jährlich stattfindende bundesweite Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. fand am 22. Juni zum ersten Mal als digitaler Fachtag mit dem Titel „Selbsthilfe trägt – Die Selbsthilfe in Zeiten der Corona-Pandemie. Eine erste Bilanz“ statt. 240 Teilnehmende aus der Selbsthilfe waren über Zoom zugeschaltet und befassten sich mit aktuellen Handlungsherausforderungen für die Selbsthilfe-Arbeit. Moderiert wurde die Veranstaltung von André Beermann (Vorstand der DAG SHG) und Dörte von Kittlitz (Selbsthilfe-Büro Niedersachsen).

Dr. Rupert Graf Strachwitz, Direktor des Maecenata Instituts für Philanthropie und Zivilgesellschaft in Berlin, eröffnete die Tagung mit seinem Vortrag zum Thema „Zivilgesellschaft in und nach der Pandemie – Neue Ergebnisse einer Studie“. Darin schilderte er die verschiedenen Einschränkungen, denen die Zivilgesellschaft (u. a. die Selbsthilfe) aufgrund der Krise unterworfen ist. Trotz dieser Belastungen konnte Graf Strachwitz aber auch auf ihr großes Potenzial und ihre Beteiligung bei der Abmilderung der Pandemie-Folgen verweisen.

Das Programm setzte mit zwei digitalen Workshoprunden fort, die Mitarbeiter*innen aus Selbsthilfe-Kontaktstellen anboten: Von Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Selbsthilfe-Arbeit, über Selbsthilfe im ländlichen Raum, die Junge Selbsthilfe bis zur Digitalisierung u. v. m. war eine große Bandbreite an Themen vertreten.

Die normalerweise im Anschluss an die Präsenztagung stattfindende Mitgliederversammlung der DAG SHG fand nach dem Länderrat in Leipzig am 14. September statt.

 [Zum Gesamtbericht der Jahrestagung](#)

5.2 Fachtreffen der DAG SHG

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen steht im regelmäßigen Fachaustausch mit dem ehrenamtlichen Vorstand und mit seinen vier Schwestereinrichtungen innerhalb der DAG SHG (s. Kapitel 1.2). Die in der Regel zweimal im Jahr in Berlin stattfindenden Fachtreffen sind die intern wichtigsten Termine für die Zusammenarbeit. Neben Arbeitsberichten aus den Einrichtungen werden die jährlichen bundesweiten Fachveranstaltungen geplant, Gesetzesänderungen und deren Umsetzung auf regionaler, Länder- und Bundesebene reflektiert sowie Inhalte der Selbsthilfe-Unterstützung und politische Fragen diskutiert.

2021 fanden keine Präsenzsitzungen statt. Stattdessen trafen sich Vertreter*innen der Einrichtungen und der Vorstand zweimal digital. Daneben gab es mehrere digitale Zusammenkünfte zur Vorbereitung der Jahrestagung der DAG SHG.

5.3 Länderrat

Der Länderrat fand im Berichtsjahr im September als zweitägiges Präsenztreffen in Leipzig statt.

Themen waren – unter Berücksichtigung der Pandemie-Auswirkungen auf die Selbsthilfe – die Lage der Selbsthilfe und ihrer Unterstützung in Deutschland (Finanzierung, Selbsthilfe im Kontext bürgerschaftlichen Engagements, Junge Selbsthilfe, Pflegeselbsthilfe, selbsthilferelevante Änderungen des Kinder- und Jugendschutzgesetzes u. a. m.). Wie in jedem Jahr stellte der Rat eine Bereicherung des Fachaustausches für die Teilnehmenden dar. In diesem Rahmen bietet sich die Gelegenheit, sich über die Umsetzung von Gesetzen, aber auch über besondere Themen oder Projekte bundesweit auszutauschen.

Für Niedersachsen nahmen eine Sprecherin des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich und das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen teil.

5.4 Fachtreffen der Landeskontaktstellen

In den letzten Jahren haben einige Neugründungen von Landeskontaktstellen stattgefunden, weitere Neugründungen sind zudem in Planung. Aus diesem Anlass wurde 2020 – zusätzlich zum sogenannten Länderrat – ein jährliches Treffen der bestehenden und in Gründung befindlichen Landeskontaktstellen eingerichtet.

Aufgrund der pandemischen Lage fand das zweite Fachtreffen im Februar 2021 als Videokonferenz statt. Bei der Zusammenkunft wurden unter anderem Vorhaben und Projekte der NAKOS und der DAG SHG präsentiert, Finanzierungsmöglichkeiten erörtert, aktuelle Arbeiten und Projekte der Teilnehmenden vorgestellt sowie Entwicklungen in den Bundesländern diskutiert. Darüber hinaus wurden auch gemeinsame Anliegen und Themen besprochen und festgehalten.

Trotz unterschiedlicher Aufgabenschwerpunkte, Finanzierungsmöglichkeiten und Rahmenbedingungen in den einzelnen Bundesländern ist das Treffen der Landeskontaktstellen eine sinnvolle Ergänzung zum Länderrat. Die Einrichtungen diskutieren Inhalte der Selbsthilfe-Unterstützung aus ihrer Stellung heraus. Zudem kann der Austausch den speziellen landesweiten Aufgabenstellungen gerecht werden.

Termine und Veranstaltungen

- 11.02.** Arbeitstreffen der DAG SHG-Einrichtungen, digital
- 25.02.** Jahrestagung der DAG SHG, Planungssitzung, digital
- 26.02.** Fachtreffen der Landeskontaktstellen, digital
- 05.03.** Jahrestagung der DAG SHG, Planungssitzung, digital
- 25.03.** Fachtreffen der DAG SHG, digital
- 20.04.** Jahrestagung DAG SHG, Planungssitzung, digital
- 28.04.** Jahrestagung DAG SHG, Planungssitzung, digital

- 18.05. Niedersachsen-Ring, Video-/Telefonkonferenz, digital
 - 28.05. Kooperationstreffen mit KOSKON, digital
 - 02.06. Jahrestagung DAG SHG, Planungstreffen, digital
 - 10.06. Niedersachsen-Ring, Video-/Telefonkonferenz, digital
 - 11.06. Jahrestagung DAG SHG, Planungstreffen, digital
 - 15.06. Podiumsdiskussion LAGFA "Freiwilliges Engagement in Niedersachsen - Herausforderungen und Zukunft", Teilnahme, digital
 - 16.06. Jahrestagung der DAG SHG, Planungstreffen, digital
 - 18.06. SoVD Frauenfrühstück, Teilnahme, digital
 - 22.06. Jahrestagung der DAG SHG, digital
 - 01.07. Arbeitstreffen der DAG SHG-Einrichtungen, digital
 - 21.07. Dialogforum "Selbsthilfe bestimmt selbst", DAG SHG, Teilnahme, digital
 - 01.09. Verabschiedung des Landesgeschäftsführers des vdek Niedersachsen, Teilnahme, Hannover
 - 13.09. Länderrat und Mitgliederversammlung, DAG SHG, Leipzig
 - 14.09. Länderrat und Mitgliederversammlung, DAG SHG, Leipzig
 - 16.09. Bundesweite AG Junge Selbsthilfe U20, Teilnahme, digital
 - 21.09. Fachausschuss Pflegeselbsthilfe, DAG SHG, Teilnahme, digital
 - 15.10. Fachtag wir pflegen! "Mit uns, nicht über uns: Forderungen an die kommunale Pflegepolitik", Teilnahme, digital
 - 22.11. Fachtreffen der DAG SHG, digital
 - 01.12. Fortbildung Junge Selbsthilfe, NAKOS, Teilnahme, digital
 - 10.12. Selbsthilfetagung „Selbsthilfe nach dem Corona-Lockdown – Upgrade auf ein neues Level“, AOK, Teilnahme, digital
 - 16.12. Jahrestagung der DAG SHG, Planungstreffen, digital
-

6 Besonderes Thema 2021

Neben den Aufgabenschwerpunkten Selbsthilfe-Unterstützung, Informationspool sowie Vernetzung & Kooperation widmet sich das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen jedes Jahr weiteren Themenschwerpunkten. 2021 standen die Jubiläen des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen und der Landesförderung im Fokus. Aus diesem Anlass hat das Länderbüro nicht nur eine digitale Veranstaltung geplant und ausgerichtet, sondern auch eine Umfrage unter den Selbsthilfe-Kontaktstellen durchgeführt.

6.1 Das Jubiläumsjahr 2021

In Niedersachsen konnten 2021 zahlreiche Jubiläen in der Selbsthilfe begangen werden: Neben den Gründungsjubiläen einiger Selbsthilfe-Kontaktstellen (s. Kapitel 2.1) waren dies auf Landesebene

- ▶ 35 Jahre Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich,
- ▶ 30 Jahre Selbsthilfe-Büro Niedersachsen,
- ▶ 30 Jahre Förderung der Selbsthilfe durch das Land Niedersachsen.

Bereits im Jahr 2020 hatten sich der Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich und die aus Fachkräften bestehende Arbeitsgruppe „Jubiläum“ um Ideen für Jubiläumsaktivitäten auf regionaler und auf Landesebene bemüht, die auch unter Bedingungen der Corona-Pandemie realisierbar sein sollten. Die ursprünglichen Ziele waren, die Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung regional und landesweit sichtbar zu machen sowie das Jubiläumsjahr als Plattform für regionale Aktivitäten zu nutzen und dabei das Bunte und Kreative der Selbsthilfe zu betonen. Zudem gab es den Wunsch die Selbsthilfe und ihre Bedeutung gegenüber der Politik sichtbar(er) zu machen.

Die Basis der Aktivitäten sollte eine separate Jubiläumswebsite bilden, auf der sich die Selbsthilfe und die Selbsthilfe-Unterstützung landesweit bunt und niedrigschwellig in unterschiedlichen medialen Darstellungsformen hätten präsentieren können. Daneben war geplant, auf regionale Aktivitäten hinzuweisen und darüber zu berichten. Zudem sollte auch die Junge Selbsthilfe mit einbezogen werden. Auf Landesebene waren u. a. die Durchführung einer Podiumsdiskussion mit der Sozial- und Gesundheitsministerin sowie Vertreter*innen aus dem Selbsthilfe- und Gesundheits-/Sozialbereich vorgesehen. Außerdem war eine Befragung der Selbsthilfe-Kontaktstellen zur Situation der Selbsthilfe vor der Pandemie sowie zu ihren Herausforderungen *während* der Pandemie geplant.

Leider konnte für die umfangreiche Umsetzung der Vorhaben keine finanzielle Förderung gefunden werden, so dass Prioritäten gesetzt werden mussten. Der für die Entscheidung wichtigste Aspekt war dabei der Wunsch, die Bedeutung der Selbsthilfe darzustellen und die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Selbsthilfe aufzuzeigen. Aus diesem Grund führte das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen eine umfangreiche Umfrage unter den Selbsthilfe-Kontaktstellen durch (s. Kapitel 6.3) und plante eine corona-konforme Jubiläumsveranstaltung mit Podiumsdiskussion (s. Kapitel 6.2). An der Entwicklung des Themen- und Fragenkatalogs für die Podiumsdiskussion waren Mitglieder des Arbeitskreises, insbesondere die Sprecher*innen, maßgeblich beteiligt.

Um die Umfrageergebnisse sowie die Podiumsdiskussion öffentlich zugänglich zu machen, wird für 2022 eine digitale Jubiläumsdokumentation⁵ veröffentlicht.

An dieser Stelle bedanken wir uns herzlich bei der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH), der hkk Krankenkasse, der Techniker Krankenkasse (TK) und der DAK-Gesundheit für die Projektförderung der Jubiläumsaktivitäten.

6.2 Die Jubiläumsveranstaltung „Der Wert der Selbsthilfe in der Zivilgesellschaft“

Am 12. November wurde mit einer per Livestream aus Hannover übertragenen Veranstaltung das Jubiläum der niedersächsischen Selbsthilfe gefeiert. Eingeladen waren Mitarbeiter*innen aus Selbsthilfe-Kontaktstellen, Selbsthilfegruppen, landesweite Selbsthilfeorganisationen, Geldgeber*innen der Selbsthilfe, Einrichtungen aus den Bereichen Gesundheit und Soziales, relevante zivilgesellschaftliche Einrichtungen und Vertreter*innen aus der Politik. Zur Eröffnung begrüßte Dörte von Kittlitz die online zugeschalteten Teilnehmer*innen. Danach stellte Elke Tackmann erste Ergebnisse aus der Befragung der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen vor. Als weiterer Programmpunkt folgte die daran anschließende Podiumsdiskussion mit Vertreter*innen aus dem Selbsthilfebereich sowie der Selbsthilfeförderung und -forschung. Es diskutierten Dirk Schröder, Abteilungsleiter für Jugend, Familie und Integration im Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung (in Vertretung für die Niedersächsische Ministerin für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, Daniela Behrens); Hanno Kummer, Leiter der Landesvertretung Niedersachsen des Verbandes der Ersatzkassen e. V. (vdek); Dr. Christopher Kofahl, Stellvertretender Direktor des Instituts für Medizinische Soziologie am Universitätsklinikum



V. l. n. r.: André Beermann, Wolfgang Ehlers, Dirk Schröder, Dörte von Kittlitz, Hanno Kummer, Ele Herschelmann und Dr. Christopher Kofahl.

Hamburg-Eppendorf; Wolfgang Ehlers, Selbsthilfegruppenvertreter; Ele Herschelmann, Beratungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V. (BeKoS) Oldenburg und Dörte von Kittlitz, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen. Durch die Diskussionsrunde führte André Beermann, Vorstand der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.

In der Diskussionsrunde wurde sich mit Fragen über die Rolle

und um die Bedeutung der Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung für den Einzelnen, den Gesundheits- und Sozialbereich sowie für die Gesellschaft befasst.

⁵ Selbsthilfe-Büro Niedersachsen (2022): Der Wert der Selbsthilfe in der Zivilgesellschaft – Ein Blick auf die Selbsthilfe in Niedersachsen im Jubiläumsjahr 2021.

Die Zuschauer*innen konnten an der zweistündigen Veranstaltung aufgrund der Corona-Pandemie ausschließlich online teilnehmen, sich aber laufend mit Fragen an das Podium einbringen. Etwa 120 Interessierte nahmen an der Veranstaltung teil.

 [Zur Videoaufzeichnung der Jubiläumsveranstaltung](#)



Ele Herschelmann (l.) und Dr. Christopher Kofahl (r.)



André Beermann (l.) und Wolfgang Ehlers (r.)



V. l. n. r.: Elke Tackmann, Anja Eberhardt und Dörte von Kittlitz



Räumlichkeiten der Media Factory in Hannover

6.3 Befragung der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen

Im Rahmen der Jubiläumsaktivitäten führte das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen eine landesweite Umfrage unter den Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich durch.

Ziel der Umfrage war eine detailliertere Bestandsanalyse der derzeitigen Selbsthilfe-Kontaktstellen und ihrer Arbeitssituation sowie Arbeitsinhalte. Zwar sammelt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen bereits seit 1992 im Rahmen der Verzeichnisse „Niedersächsische Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich“ Daten zu den Standorten, wie zum Beispiel Anschriften, Träger*innen, die vorhandenen Außenstellen sowie Sprechzeiten und gesprochene Sprachen (s. Kapitel 4.4). Jedoch gibt es keine Gesamtübersicht, die die Rahmenbedingungen und inhaltlichen Schwerpunkte der professionellen Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen abbildet.⁶ Aus aktuellem Anlass wurde die Umfrage um den Sonderteil „Selbsthilfe und Corona in Niedersachsen“ erweitert. Dabei sollte aufgezeigt werden, welchen Einfluss die Pandemie auf die Arbeit der Selbsthilfe-Kontaktstellen gehabt hat und

⁶ Einmalig hat das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen 1992 eine Bestandsaufnahme durchgeführt und 1993 unter dem Titel „Situation der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen. Eine Bestandsaufnahme“ veröffentlicht.

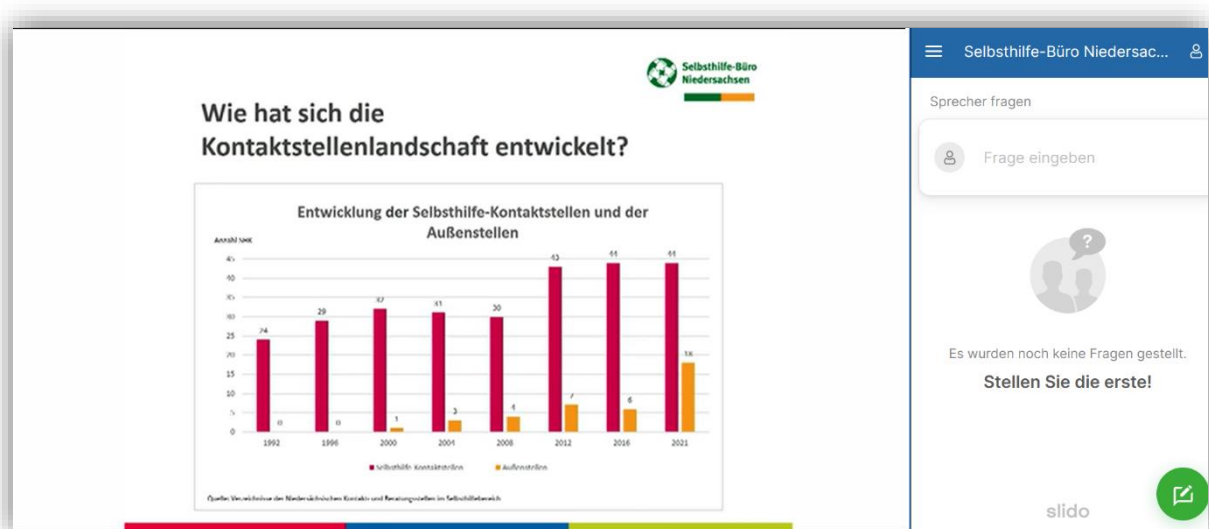
welchen Herausforderungen sich die Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Kontaktstellen in dieser Zeit stellen mussten.

Die Befragung inklusive Sonderteil wurde vom 8. Juli bis zum 22. September durchgeführt. An der Umfrage nahmen 40 von 44 Selbsthilfe-Kontaktstellen teil – das entspricht einer Rücklaufquote von 91 %. Der Fragebogen umfasste 40 Fragestellungen, sowohl offene als auch geschlossene Fragen. Aufgrund der pandemischen Lage in den Jahren 2020 und 2021 wurden für den Hauptteil der Umfrage Daten aus dem Jahr 2019 abgefragt. Die Daten im Sonderteil bezogen sich auf 2020 und die erste Jahreshälfte 2021.

Die Befragung umfasste folgende Abschnitte:

- ▶ Allgemeine Angaben, Finanzierung und Ausstattung
- ▶ Unterstützungs-, Beratungs- und Netzwerkarbeit – Allgemeine Anfragen und Anliegen
- ▶ Selbsthilfegruppen vor Ort
- ▶ Aufgaben der Selbsthilfe-Kontaktstellen
- ▶ Themen 2019
- ▶ Bedarfe und Wünsche
- ▶ Sonderteil: Selbsthilfe und Corona in Niedersachsen

Erste Ergebnisse der Umfrage wurden auf der Jubiläumsveranstaltung im November vorgestellt.



Präsentation erster Ergebnisse auf der digitalen Jubiläumsveranstaltung

Diese ersten Ergebnisse der Auswertung zeigten in Bezug auf die Rahmenbedingungen der niedersächsischen Selbsthilfe-Unterstützung, dass die Träger*innenstruktur in den letzten Jahrzehnten wesentlich vielfältiger geworden ist. Die befragten Einrichtungen beschäftigten zum Erfassungszeitraum gut qualifiziertes Personal. Jedoch erfüllten mehr als die Hälfte der Selbsthilfe-Kontaktstellen nicht die Mindeststandards zur personellen Ausstattung⁷, die der Fachverband DAG SHG empfiehlt.

Die Teilauswertung zeigte ebenfalls, dass die Selbsthilfe-Kontaktstellen nicht nur als Informations- und Beratungseinrichtungen für den Selbsthilfebereich vor Ort fungieren. Sie sind darüber hinaus

⁷ Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. (2015): SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN Empfehlungen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. zu Ausstattung, Aufgabenbereichen und Arbeitsinstrumenten. Überarbeitete und aktualisierte Neuauflage 12. S. 7.

auch wichtige lokale Wegweiserinnen und vermitteln zum Beispiel zu Fachleuten und in andere Fach-einrichtungen.

Die befragten Einrichtungen boten – weit über Gesundheitsthemen hinaus – ein sehr facettenreiches Veranstaltungs- und Fortbildungsspektrum an, sowohl für Interessierte, Betroffene und Fachleute als auch für Selbsthilfegruppen. Zudem waren die Selbsthilfe-Kontaktstellen im Sozial- und Gesundheitswesen und auch in der Lokalpolitik gut vernetzt. Einen besonders hohen Stellenwert hat dabei der Austausch der Selbsthilfe-Kontaktstellen untereinander – welcher sich während der Pandemie noch einmal intensiviert hat.

Die Corona-Pandemie stellte für die befragten Einrichtungen und die Selbsthilfegruppen eine große Herausforderung dar. Es gab viele Veränderungen und Entwicklungen im Arbeitsumfeld sowie in den Selbsthilfegruppen.

Für die Digitalisierung der Selbsthilfe war die Pandemie ein wichtiger Motor. Viele Selbsthilfe-Kontaktstellen verbesserten deutlich ihre technische Ausstattung. So konnten sie Angebote im digitalen Bereich auf- und ausbauen. Die Unterstützung und Begleitung von Selbsthilfe-Aktiven im Bereich digitaler Selbsthilfe war ein wichtiger – für einige Einrichtungen auch neuer – Bestandteil ihrer Unterstützungsarbeit.

Die Selbsthilfe-Kontaktstellen agierten in der Pandemie flexibel und bedarfsorientiert. Ein Großteil ihrer Arbeit umfasste die niedrigschwellige Aufbereitung von Informationen und Regelungen rund um das Thema „Selbsthilfe & Corona“, die Umsetzung von Hygienemaßnahmen, die Suche nach geeigneten Gruppenräumen u. v. m.

Den Kontakt zu den Selbsthilfegruppen aufrechterhalten zu können sowie die Gruppen dabei zu unterstützen untereinander in Kontakt zu bleiben, war eine der größten Herausforderungen für die Selbsthilfe-Kontaktstellen während der Pandemie.

Zum Ende des Berichtsjahres war die Auswertung der Umfrage noch nicht abgeschlossen. Eine ausführliche Veröffentlichung der Ergebnisse wird es im Rahmen der digitalen Dokumentation „Der Wert der Selbsthilfe in der Zivilgesellschaft – Ein Blick auf die Selbsthilfe in Niedersachsen im Jubiläumsjahr 2021“⁸ geben. Eine Veröffentlichung ist für Sommer 2022 geplant. Des Weiteren wird ein Artikel im selbsthilfegruppenjahrbuch 2022 erscheinen.

Termine und Veranstaltungen

18.08. – 03.11. Mehrere Planungstreffen Jubiläumsveranstaltung, digital

12.11. Jubiläumsveranstaltung "Der Wert der Selbsthilfe in der Zivilgesellschaft", Hannover und digital

⁸ Selbsthilfe-Büro Niedersachsen (2022): „Der Wert der Selbsthilfe in der Zivilgesellschaft – Ein Blick auf die Selbsthilfe in Niedersachsen im Jubiläumsjahr 2021“, Link: <https://www.selbsthilfe-buero.de/index.php?id=595>

Impressum

Herausgeber:

Selbsthilfe-Büro Niedersachsen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.
Karlsruher Str. 2 b
30519 Hannover
Telefon: (05 11) 39 19 28
Telefax: (05 11) 39 19 07
E-Mail: info@selbsthilfe-buero.de

Gemeinschaftlich vertretungsbefugt:

André Beermann, Sabine Bütow, Angelika Vahnenbruck
Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.
Otto-Suhr-Allee 115, 10585 Berlin-Charlottenburg
Telefon: (0 30) 8 93 40 14
E-Mail: verwaltung@dag-shg.de

Das Impressum gilt für: Jahresbericht 2021, veröffentlicht auf www.selbsthilfe-buero.de

Registergericht:

Amtsgereicht Gießen
Vereinsregister Gießen Nr. 1344 als gemeinnützig anerkannt FA Gießen St.-Nr. 20 250 64693

Verantwortlich i. S. d. § 55 Abs. 2 RStV: Dörte von Kittlitz

Karlsruher Str. 2 b
30519 Hannover
E-Mail: info@selbsthilfe-buero.de

Autorinnen: Anja Eberhardt, Dörte von Kittlitz, Elke Tackmann

Redaktion: Elke Tackmann

Gestaltung Titelblatt: Grafikgemeinschaft BLATTWERK, Hannover, www.blattwerker.de

Abbildungen: Grafikgemeinschaft BLATTWERK, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

Fotos: Selbsthilfe-Büro Niedersachsen; Media Factory, Hannover

Finanzierung: Wir bedanken uns für die Finanzierung beim Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung sowie bei der GKV-Gemeinschaftsförderung Niedersachsen.

Copyright: ©Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.



**Selbsthilfe-Büro
Niedersachsen**