



Wir wünschen  
ein besinnliches Weihnachten  
und viel Glück im neuen Jahr

Der SEKIS Newsletter veröffentlicht monatlich Termine und Wissenswertes rund um das Thema Selbsthilfe in Berlin in Kooperation mit anderen Selbsthilfe-Initiativen, Verbänden und Organisationen wie der Landesstelle Berlin für Suchtfragen, der Landesvereinigung Selbsthilfe e.V. und den Partnern im Bereich Stadtteilzentren sowie dem Paritätischen Landesverband Berlin

## Inhaltsverzeichnis

SELBSTHILFE	2
<b>Lebensmutig – Junge Selbsthilfe Blog</b>	<b>2</b>
<b>Stammtisch Junge Selbsthilfe</b>	<b>3</b>
<b>Junge Selbsthilfe Blog LEBENSMUTIG ein Jahr online</b>	<b>3</b>
<b>Berliner Selbsthilfegruppe Recht und Justiz</b>	<b>3</b>
<b>Autismus</b>	<b>4</b>
<b>Aphasie</b>	<b>4</b>
<b>Borderline- Gruppen für Betroffene und Angehörige in Gründung</b>	<b>4</b>
<b>Selbsthilfe für ehemalige Raucher/innen</b>	<b>4</b>
<b>Trauercafé – moderiert</b>	<b>4</b>
<b>4. Angehörigengruppe Essstörungen (Anorexie, Bulimie, Orthorexie)</b>	<b>5</b>
<b>Hochbegabung und Pubertät - Eltern und Kinder im Blick</b>	<b>5</b>
<b>Seele an Körper - Psycho-somatische Erkrankungen</b>	<b>5</b>
<b>Interessengemeinschaft Dialyse und Transplantation (IDT) Berlin e. V.</b>	<b>6</b>
<b>Die sTrotzenden</b>	<b>6</b>
<b>Selbsthilfegruppe Krebs sucht neue Mitglieder</b>	<b>6</b>
<b>Morbus BASEDOW - Selbsthilfe in Gründung -</b>	<b>7</b>
<b>Psoriasis Forum Berlin e.V. - Selbsthilfe bei Schuppenflechte</b>	<b>7</b>
<b>Ohrenauf: Selbsthilfegruppe für Angehörige von Kindern mit Hörschädigung</b>	<b>7</b>
<b>Selbsthilfegruppe Trauer - Zurück ins Leben</b>	<b>7</b>
<b>Selbsthilfegruppe für trauernde Suizidhinterbliebene in Pankow</b>	<b>8</b>
FORTBILDUNG FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN	8
<b>Fortbildungsreihe: Selbsthilfe und Beratung</b>	<b>8</b>
BERATUNG	8
<b>Sozialberatung</b>	<b>8</b>
<b>Peer-Beratung – Menschen mit Krisenerfahrung beraten Menschen in Krisen</b>	<b>9</b>
<b>Neues ehrenamtliches Beratungsangebot im Mann-O-Meter</b>	<b>9</b>
<b>Versorgungsinitiative PSY-CARE</b>	<b>9</b>
THEMA BARRIEREFREIHEIT	10

	<b>Inklusion bühnenreif</b>	<b>10</b>
PATIENTENINTERESSEN		10
	<b>Gute Versorgung statt Ökonomisierung</b>	<b>10</b>
	<b>AOK veröffentlicht Mindestmengen-Transparenzkarte</b>	<b>11</b>
	<b>Ärztammer Berlin veröffentlicht 20-Punkte-Papier zur Digitalisierung</b>	<b>12</b>
	<b>Patienten müssen ihre Rechte besser durchsetzen können</b>	<b>12</b>
	<b>Kampagne ruft zum Melden von Arzneimittel-Nebenwirkungen auf</b>	<b>12</b>
	<b>Psychose-Seminar Tempelhof</b>	<b>13</b>
ENGAGEMENT		14
	<b>Charta für Zivilgesellschaft und Demokratie</b>	<b>14</b>
	<b>Gründung: Netzwerk Demokratie stärken</b>	<b>14</b>
	<b>Stiftung Mitarbeit: Starthilfeförderung für neue Initiativen</b>	<b>14</b>
PFLEGE		14
	<b>Neuausrichtung der Pflegepolitik</b>	<b>15</b>
	<b>Pflegende Angehörige zur Selbsthilfe aktivieren</b>	<b>15</b>
PUBLIKATIONEN		15
	<b>Bewegte Gesellschaft – Deutsche Protestgeschichte seit 1945</b>	<b>15</b>
	<b>Pflege und Digitalisierung</b>	<b>16</b>
	<b>Psychotherapie: Informationsbroschüre für Senioren</b>	<b>16</b>
PUBLIKATIONEN		16
	<b>Fördertöpfe für Vereine, selbstorganisierte Projekte und politische Initiativen</b>	<b>17</b>
VERANSTALTUNGEN		17
	02. Dezember 2019 18.00 – 19.30 Uhr	17
	<b>Workshop Stressbewältigung in der KIS Pankow</b>	<b>17</b>
	montags, 02. Dezember, 9. Dezember, 16. Dezember 2019 18 – 19.30 Uhr	17
	<b>Resilienz Depressionen - Auf das Positive blicken und Lösungen finden</b>	<b>17</b>
	03. Dezember 2019 18 Uhr	18
	<b>Utopia ist da, wo man`s lebt – Ein Jahr Werkstatt Utopia</b>	<b>18</b>
	04. Dezember 2019 15.00 Uhr	18
	<b>Selbsthilfegruppe Trauer – Gesprächskreis Nahtod</b>	<b>19</b>
	05. Dezember 2019 16.30 bis 19.00 Uhr	19
	<b>Was ist neu in den Anträgen für die Selbsthilfeorganisationen</b>	<b>19</b>
	05. Dezember 2019 18.00 – 21.00 Uhr	19
	<b>Wenn Angst krankmacht</b>	<b>19</b>
	07. Dezember 2019 9.00 - 14.00 Uhr	19
	<b>Axiale Spondyloarthritis (Morbus Bechterew) und Psoriasis-Arthritis</b>	<b>19</b>
	07. Dezember 2019	20
	<b>Die goldene Jungschwuppe 2019</b>	<b>20</b>
	12. Dezember 2020	20
	<b>Informationsveranstaltung zum Thema Epilepsie</b>	<b>20</b>
	14. Dezember 2019 14 - 24 Uhr	21
	<b>2. Gesamttreffen Junge Selbsthilfe Berlin</b>	<b>21</b>
	17. Dezember 2019 ab 17 Uhr	21
	<b>Weihnachtsfeier im Mann-O-Meter für schwule und bisexuelle Männer 50plus</b>	<b>21</b>
IMPRESSUM		21

## SELBSTHILFE

### Lebensmutig – Junge Selbsthilfe Blog

Hier bloggen junge Menschen über ihre Erfahrungen in Selbsthilfegruppen, ihre Herausforderungen im Leben und ihre ganz persönliche Sicht auf Themen wie Anderssein, Gemeinschaft und Inklusion.

In jedem Monat gibt es ein Schwerpunktthema.

Du bist auch aktiv in der Selbsthilfe und hast etwas zu sagen? Dann schreib mit im Blog. Schau Dir die Beiträge der anderen Blogger und Bloggerinnen an. Lass Dich inspirieren von der Vielfalt der Menschen in der jungen Selbsthilfe

Hier gehts zum Blog:

<https://www.junge-selbsthilfe-blog.de/ein-gespraech-zum-monatsthema-selbstvertrauen/>

Der Junge Selbsthilfe Blog wird unterstützt von der NAKOS - <https://www.nakos.de>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Stammtisch Junge Selbsthilfe

Du bist zwischen 18 und 35? Und hast Lust, Andere zu treffen, die ihr Leben in die Hand nehmen und sich gegenseitig in Selbsthilfegruppen unterstützen? Oder Du fragst Dich, wie Du mit einem konkreten Anliegen im Leben weiterkommst? Dann komm vorbei!

Der Stammtisch Junge Selbsthilfe findet statt:

**an jedem letzten Dienstag im Monat ab 19.00 Uhr**

Café "A. Horn", Carl-Herz-Ufer 9, Ecke Baerwaldstraße, 10961 Berlin-Kreuzberg

U1 - Prinzenstr. / Bus 140 - Wilmsstr.

Das Café ist barrierefrei. Der Tisch ist auf "Stammtisch" reserviert. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Veranstalter: Initiative des Projekts Junge Selbsthilfe Berlin-Mitte / StadtRand gGmbH

[junge-selbsthilfe@stadtrand-berlin.de](mailto:junge-selbsthilfe@stadtrand-berlin.de)

[www.stadtrand-berlin.de/junge-selbsthilfe/willkommen.html](http://www.stadtrand-berlin.de/junge-selbsthilfe/willkommen.html)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Junge Selbsthilfe Blog LEBENSMUTIG ein Jahr online

Unter [www.junge-selbsthilfe-blog.de](http://www.junge-selbsthilfe-blog.de) sind seitdem mehr als 150 Beiträge zu den unterschiedlichsten Themen veröffentlicht worden.

Ein fester Kern von zwölf jungen Autor\*innen beschreibt im Wechsel wie es sich lebt, arbeitet, reist oder wohnt – wenn man einen Rollstuhl hat oder eine Krebs- oder Suchterkrankung, wenn man es mit Ängsten zu tun hat oder mit einer Lese-Rechtschreib-Störung. Hinzu kommen Beiträge von Gastautor\*innen. Alle Schreibenden sind in der (jungen) Selbsthilfe aktiv und alle haben was zu sagen!

Wir von der NAKOS sind stolz und glücklich, diesen ganz besonderen Prozess des gemeinsamen Erzählens über Selbsthilfe und über das eigene (Er)Leben mit einer Erkrankung oder anderen Herausforderung begleiten zu dürfen.

Die Blogger\*innen feiern den 1. Geburtstag mit einem gemeinsamen Text und einem Geburtstagsvideo. Wir alle freuen uns, wenn Sie reinklicken, die Texte lesen, anderen von diesem Blog erzählen und viele, viele Kommentare schreiben.

Unter folgendem Link finden Sie den kompletten Sondernewsletter zum Blog: [www.nakos.de/data/Online-Publikationen/2019/NAKOS-Newsletter-11-Blog.pdf](http://www.nakos.de/data/Online-Publikationen/2019/NAKOS-Newsletter-11-Blog.pdf)

Hier geht es zum Geburtstagsbeitrag: [www.junge-selbsthilfe-blog.de](http://www.junge-selbsthilfe-blog.de)

... und zum Geburtstagsvideo: [www.youtube.com/user/selbsthilfenakos](https://www.youtube.com/user/selbsthilfenakos)

Der Blog auf Instagram: [www.instagram.com/lebensmutigblog](https://www.instagram.com/lebensmutigblog)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Berliner Selbsthilfegruppe Recht und Justiz

Aufbau einer neuen Gruppe für Leute mit und ohne Justizerfahrung und mit Interesse am Thema Recht.

- Gruppe juristischer Laien
- Positive Zielsetzung:

Ein Bürgerfreundliches Rechtssystem

- Erfahrungsaustausch
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Gegenseitige Hilfe

Wer ein rechtliches Problem hat, soll mit Leuten in Kontakt kommen, die mit Ähnlichem Erfahrung haben

- Rechtliches Wissen gemeinsam erarbeiten und vorhandenes teilen
- Besuch von Gerichtsverhandlungen
- Diskussion allgemeiner rechtlicher und rechtspolitischer Themen
- Zusammenarbeit mit Rechtsanwälten
- Berichte für die Medien oder die eigene Homepage

Es gibt ein unter den Initiatoren abgestimmtes Konzept. Das bildet einen ziemlich weiten Rahmen, zieht aber auch Grenzen. Innerhalb dieser Grenzen können neu Dazukommende mitmachen und eigene Themen einbringen.

Erstkontakt: SEKIS Berlin - Tel. 030 892 66 02 - Mail [sekis@sekis-berlin.de](mailto:sekis@sekis-berlin.de)

**SELBSTHILFE****Autismus**

Eine neue Gruppe für Erwachsene mit Autismus wird am Standort Pankow gegründet. Interessierte bitte in der KIS melden.

Wo KIS Pankow im Stadtteilzentrum Pankow, Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin  
 Kontakt 030 49 98 70 910, [kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de)  
 Termin Anmeldung erforderlich

» [Inhaltsverzeichnis](#)**SELBSTHILFE****Aphasie**

Wir wollen uns in lockerer Runde treffen, gemeinsam Kaffee trinken, uns austauschen und Sprachspiele machen.

Wo KIS Pankow im Stadtteilzentrum Pankow, Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin  
 Kontakt 030 49 98 70 910, [kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de)  
 Termin 2. und 4. Mittwoch im Monat, 14.00 - 16.00 Uhr, offene Gruppe

» [Inhaltsverzeichnis](#)**SELBSTHILFE****Borderline- Gruppen für Betroffene und Angehörige in Gründung**

Bist du manchmal Himmel hoch jauchzend und im nächsten Moment tief betrübt, fühlst dich innerlich leer, hast den Drang dich selbst zu verletzen? Überfluten dich manchmal deine Gefühle? Dann sei herzlich Willkommen in unserer Gruppe.

Fühlst du dich manchmal als Angehöriger hilflos und verstehst die Welt nicht mehr und hast den Eindruck, von der Flut an Gefühlen mitgerissen zu werden? Weißt du manchmal nicht mehr, was du brauchst, um für dich selbst die Kraft zu tanken? Du möchtest aber nicht teilnahmslos daneben stehen, sondern verstehen, was in einem Borderliner vor sich geht? Dann sei herzlich Willkommen in unserer Gruppe.

Ihr wollt einen gemeinsamen Umgang finden und ein Verständnis für den Anderen entwickeln, doch wisst manchmal nicht, wie ihr eine gemeinsame Sprache finden könnt? Dann seid herzlich Willkommen in unserer Gruppe.

In der Selbsthilfegruppe können wir uns darüber austauschen, wie wir einen besseren Umgang mit uns und den Anderen finden können.

Wo KIS Pankow im Stadtteilzentrum Pankow, Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin  
 Kontakt 030 49 98 70 910, [kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de)  
 Termin Dienstag 20 Uhr

(Geplant sind drei verschiedene Gruppen, für Betroffene, für Angehörige und eine gemischte Gruppe)

» [Inhaltsverzeichnis](#)**SELBSTHILFE****Selbsthilfe für ehemalige Raucher/innen**

Haben Sie aufgehört zu rauchen, sind in Ihrem Alltag jedoch noch mit dem Verlangen nach der Zigarette konfrontiert? Fehlen Ihnen noch Strategien, mit dem Suchtdruck umzugehen und wollen Sie sich einfach mit anderen ehemaligen Rauchern austauschen?

Dann melden Sie sich gerne bei uns und werden Sie Teil der zukünftigen Selbsthilfegruppe für ehemalige Raucher/innen.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an KIS!

Wo KIS Pankow im Stadtteilzentrum Pankow, Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin  
 Kontakt 030 49 98 70 910, [kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)**SELBSTHILFE****Trauercafé – moderiert**

Trauernde fühlen sich häufig mit ihren Gefühlen allein gelassen. Trauernde sollen sich daher Zeit nehmen dürfen, ihre Trauer auszuleben. Dabei kann der Austausch mit anderen betroffenen Menschen hilfreich sein. Bei dem Trauercafé handelt es sich um ein offenes Angebot: Ziel ist es, an einem gemeinsamen Ort mit anderen Menschen in einer ähnlichen Situation zusammen zu kommen.

Gemeinsamer Austausch, Weinen und Lachen und neue Kontakte knüpfen stehen dabei im Vordergrund. Das Trauercafé wird begleitet von Marianne Kietzer, einer erfahrenen Trauerbegleiterin.  
Wo KIS Pankow im Stadtteilzentrum Pankow, Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin  
Termin 1. Mittwoch im Monat, 16 bis 17:30 Uhr

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## SELBSTHILFE

### 4. Angehörigengruppe Essstörungen (Anorexie, Bulimie, Orthorexie)

Treffen jeden 4. Montag im Monat

Wie ist mit der Erkrankung im näheren Umfeld umzugehen?

Was kann ich tun, um zu helfen? Und wo liegen meine Grenzen?“

Das und vieles mehr sind Fragen, denen wir gemeinsam auf den Grund gehen wollen.

Die Angehörigengruppe Essstörungen des Selbsthilfeprojekts AnaDismissed trifft sich

**Treffen jeden 4. Montag im Monat**

in den Räumlichkeiten von SEKIS (Berlin-Charlottenburg)

Bismarckstr. 101 - 10625 Berlin (Eingang um die Ecke)

Bei Interesse bitten wir Sie um Kontaktaufnahme unter:

Tel 030 - 37 007 606

oder per Mail [info@anadismised.de](mailto:info@anadismised.de)

weitere Infos zum Projekt: [www.anadismised.de](http://www.anadismised.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## SELBSTHILFE

### Hochbegabung und Pubertät - Eltern und Kinder im Blick

Die Pubertät ist im Normalfall schon eine recht turbulente Zeit – wird diese jedoch durch besondere Begabung (> IQ 130) und durch das sog. Underachievement erschwert, stellt sich der gesamten Familie die Frage: Wie können wir unsere Kinder bestmöglich und angemessen fördern und begleiten.

In dieser Gruppe wollen wir uns über unsere Erfahrungen austauschen und gegenseitig unterstützen.

Bei Interesse meldet Euch bitte im

Selbsthilfetreffpunkt im Nachbarschaftsheim Schöneberg - Holsteinische Straße 30 \* 12161 Berlin

Tel 859 951 -330/-333

E-Mail [selbsthilfe@nbhs.de](mailto:selbsthilfe@nbhs.de)

Kontakt Nicole Bichlmeier

[selbsthilfe@nbhs.de](mailto:selbsthilfe@nbhs.de)

<http://www.nbhs.de>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## SELBSTHILFE

Gruppenneugründung

### Seele an Körper - Psycho-somatische Erkrankungen

Was bedeutet es, wenn der Körper durch die Seele krank wird? Wenn er in (über)fordernden Situationen reagiert:

- mit schweren Verdauungsstörungen
- mit Erbrechen
- mit Atemschwierigkeiten
- mit Schmerzen, oder...

Viele Menschen müssen unter den Reaktionen ihres Körpers leiden, ohne ein bestimmtes somatisches Krankheitsbild damit verbinden zu können. Das macht hilflos, wenn es um die Bekämpfung der Symptome geht und sprachlos gegenüber allen Menschen, die nicht ebenfalls von psychosomatischen Beschwerden betroffen sind. In der Gruppe wollen wir unsere Erfahrungen austauschen. Wir werden entdecken, wie ähnlich unsere Alltagsschwierigkeiten sind und uns damit weniger allein fühlen. Unterschiedliche Diagnosen (Angststörungen, Depressionen,...) führen trotzdem zu ähnlichen Körperreaktionen.

Daher gibt's es außer dem eigenen psychosomatischen Leiden keine Voraussetzung zur Teilnahme an der Gruppe. Termine werden noch festgelegt

Weitere Infos über das Team der SHK Mitte:

Per Mail: [kontakt@stadtrand-berlin.de](mailto:kontakt@stadtrand-berlin.de) oder per Telefon unter 030 394 63 64

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Interessengemeinschaft Dialyse und Transplantation (IDT) Berlin e. V.

Sie haben erfahren, dass Sie chronisch nierenkrank sind. Und wie jetzt weiter?

Wir helfen Ihnen gern, Ihre neue Lebenssituation zu verstehen, Antworten zu finden auf die Fragen, die mit Ihrer Krankheit eng verbunden sind, Unterstützung zu geben, damit Sie und Ihre Angehörigen den Alltag meistern.

Wir sind ein Selbsthilfeverein und bestehen seit 1991. Wir sind Mitglied im Bundesverband Niere e. V., der das Selbsthilfe-Netzwerk der Nierenpatienten im Land vereinigt. Unser Verein ist ebenfalls Mitglied im Hilfsfonds Dialyseferien e. V.

Im Mittelpunkt stehen Patienten mit einer chronischen Nierenkrankheit und deren Angehörige, Transplantierte und Patienten, die noch nicht dialysiert werden. Fördermitglieder unterstützen uns. Unsere Mitglieder wohnen in vielen Stadtbezirken Berlins und in den Randgebieten. Die Mehrzahl der Mitglieder wird mit der Hämodialyse behandelt. Die Behandlungszeiten sind über die gesamte Woche verteilt. Wir haben keinen kontinuierlichen Treffpunkt. Die Dialysezentren unterstützen uns bei der Bereitstellung von Räumen.

Wir treffen uns in der Regel einmal im Quartal und nutzen diese Treffen, um mit den Mitgliedern ins Gespräch zu kommen. Es geht uns um den Erfahrungsaustausch untereinander. Zu ausgewählten Themen laden wir uns kompetente Gesprächspartner ein.

Wir sind für Sie da, per Telefon in einem persönlichen Gespräch unter **030 / 55 12 95 44** oder Sie schreiben uns eine

E-Mail unter [idt\\_ev\\_berlin@web.de](mailto:idt_ev_berlin@web.de)

Riesaer Straße 72 - 12627 Berlin

E-Mail: [idt\\_ev\\_berlin@web.de](mailto:idt_ev_berlin@web.de) oder [kontakt@nierenpatient-berlin.de](mailto:kontakt@nierenpatient-berlin.de).

Internet: [www.nierenpatient-berlin.de](http://www.nierenpatient-berlin.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Die sTrotzenden

Wir die Selbsthilfegruppe der „sTrotzenden“ sind alles Menschen mit Erfahrungen im Umgang mit Krebs. Zielsetzung der Arbeit der Theatergruppe ist eine konkrete Auseinandersetzung mit den eigenen Stärken, Kompetenzen und der Frage, wie wir mit den Folgen der Erkrankung in ein eigenverantwortliches Leben zurückkehren.

Dabei ist auch hier „Humor“ die beste Medizin. Wir arbeiten mit den komischen Mitteln des Theaters, bringen uns in Bewegung, zum Spielen und Lachen. Es geht um Empowerment und um die Möglichkeit sich zu zeigen und sich der Öffentlichkeit zu präsentieren.

Wir lassen Lebens- und Spielweisen aufeinanderprallen, wir scheuen keinen Tabubruch und widmen uns neugierig der Suche nach dem, was in unserer Gesellschaft „krank“ ist, was „krank“ macht und dem, was unsere Gesellschaft als „krank“ kategorisiert. Es geht uns um die politische Dimension von „Gesundheit und Krankheit“ und darum einen Dialog dazu in der Gesellschaft zu initiieren.

Wir möchten uns mit unseren Erfahrungen diesem Dialog stellen und den Statistiken und Ratgebern künstlerisch anspruchsvolle Theaterstücke entgegenstellen.

<http://paradisegardenproductions.com/project/ensemble-die-strotzenden>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Selbsthilfegruppe Krebs sucht neue Mitglieder

Die Diagnose Krebs ist mit vielen Sorgen, Ängsten und Fragen verbunden. In der Selbsthilfegruppe können Sie sich mit anderen austauschen und gemeinsam nach Wegen suchen, mit der Krankheit und den mit ihr verbundenen Gefühlen umzugehen.

Datum: 2. Freitag im Monat

Uhrzeit: 17.00 - 18.30 Uhr

Ort: SHZ Süd Lipschitzallee 80

Anmeldung: Selbsthilfezentrum Neukölln Süd Tel 605 66 00, E-Mail [shkgropiusstadt@t-online.de](mailto:shkgropiusstadt@t-online.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Morbus BASEDOW - Selbsthilfe in Gründung -

Selbsthilfegruppe für Betroffene und deren Angehörige.

Viele Menschen mit dieser Erkrankung sind oft verzweifelt und finden kaum Verständnis. Im Berufsleben, privat und auch Ärzten gegenüber ist es für Betroffene sehr schwer, sich und ihr Befinden mitzuteilen und die Begleitscheinungen zu deuten, zu beschreiben und einzuordnen.

In dieser Selbsthilfegruppe soll es die Möglichkeit geben sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen, sich gegenseitig zu unterstützen und das Erlebte mit anderen zu teilen. Ich freue mich auf gegenseitiges Verständnis und ein Miteinander.

Erstkontakt: Selbsthilfekontaktstelle Charlottenburg-Wilmersdorf  
 Tel.: 030 890 285 38  
 Mail: [selbsthilfe@sekis-berlin.de](mailto:selbsthilfe@sekis-berlin.de)  
 Ort: SEKIS | Bismarckstr. 101 10625 Berlin

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Psoriasis Forum Berlin e.V. - Selbsthilfe bei Schuppenflechte

**Dienstag, 3. Dezember 2019**

Weshalb man Medikamente nach dem Bio-Rhythmus einnehmen sollte

Katrine Martens, Oran-Apotheke Berlin-Wittenau

Die Treffen finden statt um 19 Uhr im Haus der Familie,  
 Mehringdamm 114, Raum 401a - U-Bahnhof Platz der Luftbrücke,

Telefon am Veranstaltungs-Abend: 0157 54 89 29 72

**Psoriasis Forum Berlin e.V.**

*Selbsthilfe bei Schuppenflechte seit 1993*

Schmitzweg 64 - 13437 Berlin

Tel. 030 61 28 30 90 Fax 030 61 28 30 91 [www.Psoriasis-Forum-Berlin.d](http://www.Psoriasis-Forum-Berlin.d)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Ohrenauf: Selbsthilfegruppe für Angehörige von Kindern mit Hörschädigung

Die Selbsthilfegruppe richtet sich an alle, die mit einem hörgeschädigten Kind zu tun haben. Wir sind zum Großteil Eltern von Kindern (Babys, Klein-, Vorschul- und Schulkinder) die mit einer Hörbeeinträchtigung bis hin zur Taubheit geboren wurden oder diese erworben haben. Uns ist es wichtig, uns gegenseitig zu stärken und uns zu informieren: Wie fördere ich mein Kind am besten, welches therapeutische Angebot passt zu unserer Familie, was ist medizinisch und technisch, aber auch sozialpädagogisch aktuell möglich und sinnvoll. Wir alle haben die Vision, dass unsere Kinder trotz Hörbeeinträchtigung, versorgt mit Hörtechnologie (Hörgeräte und/oder CI) möglichst altersentsprechend hören, sprechen und kommunizieren lernen. Kontakt über Email: [ohrenauf@gmx.de](mailto:ohrenauf@gmx.de) oder über SEKIS, Tel. 030-89028531

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Selbsthilfegruppe Trauer - Zurück ins Leben

Wir suchen Verstärkung!

Der Tod eines nahestehenden Menschen liegt für Sie schon einige Monate zurück. Dieser Mensch wird ihnen immer fehlen. Sie aber leben weiter, doch wie? Nun suchen Sie Möglichkeiten, um einen Weg zurück ins Leben zu finden. Wir als Selbsthilfegruppe unterstützen uns gegenseitig, um heraus zu finden, was jeder individuell für sich tun kann, um wieder mit Freude das Leben zu genießen.

Wir unterstützen uns gegenseitig, um heraus zu finden, was jede\*r individuell für sich tun kann, um wieder mit Freude das Leben zu genießen.

Wir treffen uns am

**1. und 3. Montag im Monat.**

Wir bitten um Anmeldung

Tel.:030 – 631 09 85, Mail: [eigeninitiative@ajb-berlin.de](mailto:eigeninitiative@ajb-berlin.de)

Ort: Selbsthilfezentrum Eigeninitiative, Genossenschaftsstraße 70, 12489 Berlin-Adlershof

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Selbsthilfegruppe für trauernde Suizidhinterbliebene in Pankow

Diese Gruppe richtet sich an Hinterbliebene, die entweder einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren haben oder auch Menschen, die in ihrem Umfeld mit dem Suizid konfrontiert worden sind. Die Gruppe soll helfen gemeinsam mit anderen Betroffenen Hürden zu überwinden und gegenseitiges Verständnis erfahren oder auch Freundschaften knüpfen.

Wir tauschen Erfahrungen aus, egal ob es sich um einen zeitnahen Suizid handelt oder er schon etwas länger her ist.

**Wann: 1. Mittwoch im Monat, 19 Uhr**

KIS im Stadtteilzentrum Pankow, Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin

Tel 030 49 98 70 910

Mail [kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## FORTBILDUNG FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN

Aktiv in Selbsthilfe	Fortbildung 2019

### Fortbildungsreihe: Selbsthilfe und Beratung

**Donnerstag, 12. Dezember 2019**

**18:00 – 21:00 Uhr**

**Ort Selbsthilfekontaktstelle Steglitz-Zehlendorf im Mittelhof | Königstr. 42/43 | 14163 Berlin**

Auch in der Selbsthilfe sind wir fast täglich damit konfrontiert, dass wir andere Menschen beraten. Selten haben wir jedoch die Möglichkeit, mit anderen darüber zu reflektieren, wie wir das tun. In diesem Seminar wird ausreichend Gelegenheit sein, uns mit allen dazu bewegenden Fragen zu beschäftigen.

- Wie berate ich andere Betroffene?
- Was gelingt mir gut?
- Wo sind meine Schwierigkeiten in der Beratung?
- Was belastet mich?
- Wie kann ich eine gesunde Distanz im Beratungsgespräch herstellen?

Dieses Seminar ist ein Trainingsseminar. Anhand konkreter Fallbeispiele in der telefonischen und persönlichen Beratung wollen wir an diesen vier Abenden herausfinden, wo unsere Stärken im Beratungsgespräch liegen und wo wir an Kompetenz noch hinzu gewinnen können.

Angesprochen sind Kontaktpersonen und Leitende in Selbsthilfegruppen sowie Ehrenamtliche und Laienhelfende aller Art, die in irgendeiner Form Beratungsfunktionen übernommen haben.

Arbeitsmethoden sind Erfahrungsaustausch, Rollenspiele, kurze Theorieinputs sowie das Vorstellen hilfreicher Elemente gängiger Beratungsmethoden.

Die Abende bauen aufeinander auf, von daher ist die Teilnahme an allen Tagen erwünscht.

Diese Veranstaltung wird vom Arbeitskreis Fortbildung angeboten. ...

**Leitung** Hanne Theurich, Götz Liefert

**Kosten** 24 € für alle Termine

**Anmeldung** Tel 030 – 801 975 14

**Mail** [selbsthilfe@mittelhof.org](mailto:selbsthilfe@mittelhof.org)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## BERATUNG

### Sozialberatung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle SEKIS Charlottenburg-Wilmersdorf bietet ab 2019 einmal wöchentlich eine Sozialberatung an. Diese erfolgt durch eine ausgebildete Fachkraft mit langjähriger Erfahrung. Die Beratung steht Mitgliedern von Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen kostenlos zu Verfügung.

**Wann: Jeden Donnerstag von 13 – 15 Uhr und nach Vereinbarung.**

Um Wartezeiten zu vermeiden, vereinbaren Sie bitte einen Termin!

**Wo:** Selbsthilfe-Kontaktstelle Charlottenburg-Wilmersdorf,  
Bismarckstraße 101 (Eingang Weimarer Straße), 10625 Berlin



**B E R A T U N G**

## **Peer-Beratung – Menschen mit Krisenerfahrung beraten Menschen in Krisen**

Peer-Berater/innen, im Sinne von Genesungsbegleitern, nutzen ihre eigene Krisenerfahrung als Ressource und bieten einen lebensnahen Beratungsansatz, der therapeutische und ärztliche Behandlungen ergänzen kann. Neben Ratsuchenden, die von einer psychischen Erkrankung betroffen sind, steht die Peer-Beratung auch Angehörigen offen.

Unser Gesprächsangebot für Erkrankte und Angehörige umfasst:

Informationen zu den Krankheitsbildern mit denen der Peer-Berater\_in Erfahrungen hat (Depression, generalisierte Angststörung, Panikattacken und Borderline)

Informationen zu kassenfinanzierten Therapie-Möglichkeiten

Unterstützung bei der Therapeuten\_innensuche

Beratung und Vermittlung zu Selbsthilfegruppen und anderen Anlaufstellen

Motivierung und Aktivierung im Sinne des Empowerment

Kooperation und Mitwirkung in Gremien als Vertretung der Betroffenenperspektive

Weitere Informationen erhalten Sie bei uns unter

kis@hvd-bb.de oder telefonisch unter 030 - 49 98 70 910 oder auf [www.kis-pankow.de](http://www.kis-pankow.de)

Ansprechpartnerin ist Jana Vogel

Bitte vorab Kontakt aufnehmen via Email an [j.vogel@hvd-bb.de](mailto:j.vogel@hvd-bb.de) oder Telefon 49 98 70 910

» [Inhaltsverzeichnis](#)

**B E R A T U N G**

## **Neues ehrenamtliches Beratungsangebot im Mann-O-Meter**

Hilfe bei Rentenantrag und Kontenklärung

Herbert Ehrenberger ist Versichertenberater der Deutschen Rentenversicherung Bund und erteilt kostenlos Rat bei Fragen zur gesetzlichen Rentenversicherung und hilft bei Rentenantragstellung und Kontenklärung.

Es werden alle Arten von Rentenanträgen, Kontenklärungsanträgen usw. aufgenommen und dann auch direkt an die zuständigen Stellen weitergeleitet. Die Beratung ist kostenfrei.

Die Sprechstunde findet ab dem 08.10. jeden zweiten Dienstag im Monat von 18:30-19:30 Uhr im Mann-O-Meter in der Bülowstraße 106 statt.

In Einzelfällen (z. B. bei eingeschränkter Mobilität) sind auch Hausbesuche außerhalb der Sprechstunde möglich – nach vorheriger Terminvereinbarung per mail an [Ehrenberger77@gmx.de](mailto:Ehrenberger77@gmx.de)

Andreas Sucka -Geschäftsführer-

Mann-O-Meter e.V. - Berlins schwuler Checkpoint

Bülowstr. 106 - 10783 Berlin

Tel. 030-216 80 08 Fax 030-215 70 78

[www.mann-o-meter.de](http://www.mann-o-meter.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

**B E R A T U N G**

## **Versorgungsinitiative PSY-CARE**

Psychotherapeut/innen unterstützen ältere Menschen mit Depression und Pflegebedarf und ihre Angehörigen:

Die Versorgungsinitiative PSY-CARE in Berlin und angrenzenden Regionen Brandenburgs bietet Menschen über 60 Jahre mit Pflegegrad, die an Depression leiden, Unterstützung durch qualifizierte Psychotherapeut/innen.

Es handelt sich um ein durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) gefördertes Projekt der MSB Medical School Berlin in Berlin Lankwitz, in Kooperation mit der Charité Universitätsmedizin (Prof. Dr. Adelheid Kuhlmeiy). Die Teilnahme ist kostenfrei.

Informationen und Anmeldungen für die wissenschaftlich begleitete Versorgungsinitiative bei der Projektleiterin Prof. Dr. Eva-Marie Kessler und ihren Mitarbeiterinnen unter Tel [030 - 766 8375 838](tel:030-7668375838).

Die Mitarbeiterinnen stehen Ihnen für ein vertrauensvolles Gespräch in unserer Telefonsprechstunde zur Verfügung: Montag 11 - 13Uhr und Dienstag 15-17 Uhr. Hinterlassen Sie gerne auch eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter, Sie werden zeitnah zurückgerufen.

Mehr Informationen zu PSY-CARE erhalten Sie bei Interesse auch per Post oder unter [www.psy-care.de](http://www.psy-care.de).

## THEMA BARRIEREFREIHEIT

### Inklusion bühnenreif

**Workshoptage für Menschen, die Erfahrungen mit Blindsein, Sehbehinderungen, Stottern und Krebs haben. Und für alle anderen Interessent\*innen.**

**6. Oktober und 9. November 2019 - 10:00 bis 17:00 Uhr**

**im Kietz-Theater BühnenRausch, Erich-Weinert-Straße 27, nahe U-/S-Bhf. Schönhauser Allee**

Liebe Playback-Interessenten,

seit letztem Jahr bin ich mit dem Thema Inklusion bei einer neuen Zielgruppe beschäftigt, den Blinden und Sehbehinderten. Ich habe mit ihnen an 6 Workshoptagen Playbacktheater gespielt. Dabei tauchte die Idee auf, eine Begegnung mit anderen Playbackgruppen zu organisieren.

Das wird nun möglich sein. Es werden zwei (unabhängig voneinander stattfindende) Workshoptage stattfinden (s. Flyer). Neben Playbaker\*innen sind auch Menschen mit Krebserfahrung sowie mit Stottern und Sprechangst eingeladen.

Ich würde mich freuen, wenn Ihr mitmacht und wir uns im BühnenRausch sehen könnten. Es wird viele Geschichten geben - und viele Spielmöglichkeiten.

Wir treffen uns im Kietz-Theater BühnenRausch, lernen uns kennen und sprechen über Themen, die uns beschäftigen. Über Themen aus unserem Alltag, über unsere Handikaps, über unsere Träume und verrückten Ideen, über ärgerliche Begebenheiten. Jeder kann auf die Bühne kommen und erzählen. Den eigenen Gedanken eine Bühne geben. Das Wort ergreifen.

Eine coole Nummer abziehen. Eine dicke Lippe riskieren. Oder endlich einmal mitteilen, was man schon immer sagen wollte. Laut und deutlich. Oder schüchtern und vorsichtig – jedeR auf seine/ihre ganz persönliche Weise. Dabei wird es immer Unterstützung von den Veranstaltern geben.

Nach dem Erzählen können Geschichten aus dem Stehgreif in kleinen improvisierten Szenen auf die Bühne gebracht werden, spontan und spielerisch. Keine Texte müssen gelernt werden, alles erfolgt ungezwungen und locker. Und auch TN, die noch keine Theatererfahrungen machen konnten und glauben zu schüchtern zu sein, werden ihren Spaß am Bühnenspiel entdecken können. Außerdem wird es ein kleines Diskussionsstraining geben, das zum Ziel hat, eigene Interessen und Bedürfnisse in der Öffentlichkeit selbstbewusst vertreten zu können. Und vielleicht gehen wir dann tatsächlich für kleine Aktionen auf die Straße und kommen mit Passanten ins Gespräch.

Unser Team freut sich auf Dich – gemeinsam werden wir der Inklusion einen berührenden Entfaltungsraum eröffnen. Du bist herzlich willkommen. – Bitte gib die Infos zu den Workshoptagen weiter.

**Die Workshoptage sind kostenfrei.** Für die Raummiete des Theaters, Getränke, Knabberkram und Obst wird eine Spende erbeten.

(Die beiden Workshoptage stehen jeweils für sich - sie können getrennt voneinander besucht werden.)

Prof. Dr. Wolfgang Wendlandt - Psychologischer Psychotherapeut

**Tel 030 795 83 44**

[kontakt@wolfgangwendlandt.de](mailto:kontakt@wolfgangwendlandt.de)

[www.wolfgangwendlandt.de](http://www.wolfgangwendlandt.de)

## PATIENTENINTERESSEN

### Gute Versorgung statt Ökonomisierung

Die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) hat sich mit deutlicher Kritik an der Ökonomisierung im Krankenhaus zu Wort gemeldet. In einem in der Deutschen Medizinischen Wochenschrift (2019; 144: S.990-996) erschienenen Strategiepapier stellt sie klar:

»Ökonomische Interessen dürfen (...) medizinische Entscheidungen nicht unangemessen beeinflussen. (...)

Unter den jetzigen Rahmenbedingungen kommt es allerdings zunehmend zu Konflikten zwischen betriebswirtschaftlichen Anforderungen und einer evidenzbasierten, patientenzentrierten Versorgung.«

Das gefährde die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten und belaste sowohl Ärzt\*innen und Pflegekräfte als auch andere Beschäftigte des Gesundheitswesens. Die Fachgesellschaften betrachteten diese Entwicklung mit großer Sorge und schlugen ein Bündel von Maßnahmen zur Sicherung einer guten Versorgung vor.

So sollten sich Klinikmanager »vorrangig an qualitativ hochwertiger Patientenversorgung im Sinne des Versorgungsauftrags orientieren, (...) statt sich nur an betriebswirtschaftlichen Zielgrößen (...) auszurichten«, heißt es in dem Papier. Das erfordere eine gemeinsame Krankenhausführung, in der ärztliche und Pflegedirektion der kaufmännischen Leitung auf Augenhöhe begegneten. Zudem sollten fallzahlbezogene oder bonusabhängige Chefarztverträge abgeschafft werden. Vor allem aber: »Die Personalausstattung und die Arbeitsbedingungen von Pflegenden, Ärzten und anderen Gesundheitsberufen müssen eine evidenzbasierte, patientenzentrierte Versorgung ermöglichen.«

In der Frage der Finanzierung fordern die Autoren zum einen eine angemessene Investitionskostenfinanzierung durch die Länder. Zum anderen müssten Fehlanreize im Finanzierungssystem der Fallpauschalen (Diagnosis Related Groups, DRG), »die u.a. zu unangemessenen Leistungsausweitungen und „Portfolioanpassungen“ führen, (...) dringend eliminiert oder zumindest reduziert werden«. Die Erzielung von Gewinnen aus der Gesundheitsversorgung lehnt die Arbeitsgemeinschaft der Fachgesellschaften grundsätzlich ab: »Privat geführte Krankenhäuser sollen ausschließlich im Sinne von Non-Profit-Unternehmen geführt werden.« Aus den für die Patientenversorgung vorgesehenen Beiträgen dürften keine Profite gezogen werden. Zudem plädieren die Fachgesellschaften für eine bedarfsorientierte, sektorenübergreifende Krankenhausplanung mit regionaler Ausrichtung.

»Wir teilen viele dieser Positionen«, erklärt die Leiterin des Bereichs Gesundheitspolitik beim ver.di-Bundesvorstand, Grit Genster. »Der Markt regelt es nicht. Im Krankenhaus muss das Wohl der Patientinnen und Patienten im Vordergrund stehen – nicht die Gewinnorientierung.« ver.di plädiert ebenfalls für eine regionale und sektorenübergreifende Planung, die sich am Bedarf orientiert. In Bezug auf das Finanzierungssystem gehen die Vorschläge der Gewerkschaft allerdings noch einen Schritt weiter. »Es geht uns nicht nur um die Verringerung von Fehlanreizen im Fallpauschalensystem, sondern um eine grundsätzliche Veränderung«, stellt Genster klar. »Das DRG-System als Preissystem sollte durch eine budgetgesteuerte Finanzierung auf der Grundlage krankenhausesindividueller Vereinbarungen ersetzt werden.« In diesem Sinne werde ver.di auch in der von Bundesgesundheitsminister Jens Spahn (CDU) angekündigten Debatte über eine Neuregelung der Finanzierung der stationären Versorgung Position beziehen.

[Strategiepapier der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften \(AWMF\) PDF \(449 kB\)](#)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## PATIENTENINTERESSEN

### AOK veröffentlicht Mindestmengen-Transparenzkarte

Die AOK hat eine Karte veröffentlicht, auf der Kliniken enthalten sind, die im kommenden Jahr Operationen durchführen dürfen, für die Mindestmenvorgaben existieren. Derzeit gibt es Mindestmengen für die Implantation von künstlichen Kniegelenken (Krankenhäuser müssen mindestens 50 dieser Leistungen pro Jahr durchführen), die Transplantation von Lebern (20), von Nieren (25) und von Stammzellen (25), komplexe Operationen an der Speiseröhre (10) und der Bauchspeicheldrüse (10) sowie für die Versorgung von Früh- und Neugeborenen mit einem Geburtsgewicht von unter 1.250 Gramm (14).

Da die Qualität der Behandlung erheblich von der Zahl der Operationen durch ein Team abhängt, sind diese Informationen besonders wichtig.

Mit der [Online-Karte](#) wird Patienten Orientierung gegen, welche Kliniken die Mindestmengen-Regelung einhalten – aber auch, wo Klinikärzte erstmals oder auf Basis von Ausnahmegenehmigungen des Landes operieren.

Seit diesem Jahr gelten neue Vorgaben für Kliniken, die mindestmengenrelevante Eingriffe durchführen. Sie mussten den Krankenkassen in ihrem Bundesland bis zum 15. Juli ihre aktuellen Fallzahlen melden und eine Prognose über die OP-Zahlen im kommenden Jahr abgeben. Eine positive Prognose für das 2020 konnten dabei auch Kliniken erhalten, die die notwendige Zahl von Operationen zum Beispiel aus organisatorischen oder personellen Gründen nicht erbracht haben – wenn sie nachweisen konnten, dass die Gründe für das Nicht-Erreichen der Mindestzahlen ausgeräumt wurden. Daneben gibt es auch Krankenhäuser, die die OP-Berechtigung durch die zuständige Landesbehörde erhalten haben, um eine flächendeckende medizinische Versorgung in dem jeweiligen Land zu gewährleisten.

Quelle: Ärzteblatte, 29. Oktober 2019

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Ärztammer Berlin veröffentlicht 20-Punkte-Papier zur Digitalisierung

Die Ärztekammer Berlin hat darauf hingewiesen, dass sich nach der Einführung der elektronischen Patientenakte (ePA) die Haftungsfrage für die Daten des Patienten neu stellen würde. Demnach haftet bisher der Arzt persönlich für die Daten seiner Patienten.

Nach Einführung der ePA würden allerdings eine oder mehrere Datenbanken betrieben werden müssen. Die Schnittstelle des Übergangs der Haftung zwischen Arzt und Datenbankbetreiber müsse vor Inbetriebnahme geklärt werden, heißt es dazu in einem jetzt veröffentlichten [Thesenpapier](#), das die Delegiertenversammlung einstimmig verabschiedet hat.

Das Thesenpapier, das vom Ausschuss Versorgung erarbeitet wurde, definiert Anforderungen, die eine gewachsene Arzt-Patienten-Beziehung auch im Rahmen der zunehmenden Digitalisierung gewährleisten sollen.

Dieses vertrauensvolle Arzt-Patienten-Verhältnis dürfe nicht durch die technische Entwicklung gefährdet werden, heißt es dazu von der Kammer. Vielmehr sollten moderne Datentechniken so eingesetzt werden, dass die Qualität der Behandlung verbessert werde. Wichtig sei es, dass Ärzte die Digitalisierung mit Sachverstand kritisch und konstruktiv begleiten.

Das Thesenpapier finden Sie hier: [https://www.aerztekammer-berlin.de/40presse/10\\_Pressemitteilungen/643\\_Thesenpapier\\_Digitalisierung/AeKB-Thesenpapier-zur-Digitalisierung\\_Wortlaut.pdf](https://www.aerztekammer-berlin.de/40presse/10_Pressemitteilungen/643_Thesenpapier_Digitalisierung/AeKB-Thesenpapier-zur-Digitalisierung_Wortlaut.pdf)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

AOK will Patientenrechte stärken:

## Patienten müssen ihre Rechte besser durchsetzen können

Patientinnen und Patienten müssen im Schadensfall gegenüber Ärzten, Krankenhäusern, Arzneimittel- oder Medizinprodukteherstellern ihre Ansprüche besser durchsetzen können. Das hat heute in Berlin der [AOK-Bundesverband](#) gefordert und entsprechende Änderungen am Patientenrechtegesetz vorgeschlagen.

Der Verband setzt sich unter anderem dafür ein, die Gerichtsverfahren bei Behandlungs- und Pflegefehlern zu verkürzen und die Beweisführung für die Patienten zu erleichtern. Außerdem sollten Ärzte und Therapeuten gesetzlich verpflichtet werden, Patienten über Behandlungsfehler zu informieren. Ebenso müsse es für Ärzte, Therapeuten und Medizinproduktehersteller künftig obligatorisch sein, eine Haftpflichtversicherung in ausreichender Höhe abzuschließen, damit Patienten im Schadensfall Ansprüche auch geltend machen könnten.

Auch die Haftungsregelung bei Arzneimittelschäden müsse novelliert werden, forderte der AOK-Bundesverband in einem [Positionspapier](#). Zwar habe der Gesetzgeber im Jahr 2002 das Arzneimittelgesetz geändert, um Patienten bei gesundheitlichen Schädigungen den Kausalitätsnachweis zu erleichtern. Die Praxis habe aber gezeigt, dass die Arzneimittelhersteller auch unter den neuen Rahmenbedingungen die Schadensersatzansprüche von Patienten grundsätzlich abwehren könnten.

Dazu müssten sie lediglich auf eine andere mögliche Schadensursache, wie etwa das fortgeschrittene Alter oder Vorerkrankungen des geschädigten Patienten verweisen. „Das hat dazu geführt, dass seit 2002 kein einziger Hersteller in Deutschland zu Schadensersatzleistungen verurteilt wurde“, heißt es in dem Positionspapier.

Quelle: Ärzteblatt, 24. Oktober 2019

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Kampagne ruft zum Melden von Arzneimittel-Nebenwirkungen auf

Arzneimittelbehörden verschiedener Länder haben Ärzte, medizinisches Fachpersonal und Patienten in einer gemeinsamen Kampagne aufgerufen, Verdachtsfälle von Arzneimittelnebenwirkungen zu melden. Der Fokus der Kampagne liegt auf der Polypharmazie, also der Behandlung mit mehreren verschiedenen Arzneimitteln.

In Deutschland beteiligen sich das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) sowie das Paul-Ehrlich-Institut (PEI), Bundesinstitut für Impfstoffe und biomedizinische Arzneimittel, an der Kampagne. Sie informiert unter anderem mit kurzen Animationsfilmen und mit Infos über Twitter zu unerwünschten Arzneimittelwirkungen.

„Um mögliche Risiken von Arzneimitteln früh identifizieren zu können, spielen die Meldungen eine große Rolle“, betonte Karl Broich, Präsident des BfArM. Bei der Auswertung dieser Daten werde Künstliche Intelligenz immer stärker an Bedeutung gewinnen, beispielsweise, um die Qualität der Meldungen automatisch zu bewerten.

„Häufig ist den Menschen nicht bewusst, dass Arzneimittel sich gegenseitig beeinflussen oder ihre Kombination unerwünschte Reaktionen hervorrufen kann“, sagte Klaus Cichutek, Präsident des PEI. Je mehr Arzneimittel für unterschiedliche Krankheiten Patienten einnehmen, desto mehr sollten sie darauf achten, ob neue Symptome auftreten würden – und diese als Verdacht einer Nebenwirkung an die Behörden melden. Große Datenmengen seien eine Voraussetzung, um das Nutzen-Risiko-Profil von Arzneimitteln präziser einzuschätzen, betonte er.

BfArM und PEI stellen unter [www.nebenwirkungen.pei.de](http://www.nebenwirkungen.pei.de) ein barrierefreies Meldeportal bereit. Die Meldungen gelangten in die zentrale „Europäische Datenbank gemeldeter Verdachtsfälle von Arzneimittelnebenwirkungen“. Mit dieser Datenbank stehe ein umfangreicher Datenpool zur Verfügung, der es erlaube, Arzneimittelrisiken europaweit zu überwachen. Vorhandene Arztbriefe oder Krankenhausberichte sollten der Meldung grundsätzlich beigelegt werden. Der Datenschutz ist laut BfArM und PEI auf allen Meldewegen gewährleistet.

Die Kampagne findet bereits zum vierten Mal in Folge statt. Insgesamt nehmen weltweit 57 Arzneimittelbehörden teil. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO), die Europäische Kommission sowie die Europäische Arzneimittel-Agentur („European Medicines Agency“, EMA) unterstützen die Kampagne. In Deutschland sammelt auch die Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft (AkdÄ) Meldungen von unerwünschten Arzneimittelwirkungen (UAW). „Wir hoffen, in diesem Jahr die 4.000er-Grenze zu erreichen“, sagte die Geschäftsführerin der AkdÄ, Katrin Bräutigam, am vergangenen Freitag auf der Mitgliederversammlung der AkdÄ in Berlin. © hil/aerzteblatt.de

Mehr Informationen auch

zum Thema

[Portal zur Meldung von unerwünschten Arzneimittelwirkungen von BfArM und PEI](#)  
[AkdÄ: Ärzte melden mehr Nebenwirkungen](#)

Quelle: Ärzteblatt: Dienstag, 26. November 2019

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## PATIENTENINTERESSEN

### Psychose-Seminar Tempelhof

Das Seminar ist ein Forum aus drei Blickwinkeln für Psychose-Erfahrene, Angehörige und professionelle Begleiter\*innen (Trialog).

Erfahrungen austauschen, Hintergründe aufzeigen, Sicherheit gewinnen.

Psychosen stellen für alle Beteiligten eine ungewöhnlich belastende Erfahrung dar. Die eigene Wahrnehmung wird oftmals zur einzig gültigen Realität. Das führt zu Verwicklungen und macht das gegenseitige Verstehen schwer. Das trialogische Psychoseseminar gibt eine Möglichkeit, sich über Erfahrungen mit Psychose bei sich selbst oder bei anderen auseinander zu setzen.

Sie sind herzlich eingeladen, müssen aber nicht regelmäßig teilnehmen.

Eine Anmeldung ist nicht nötig – schauen Sie einfach mal vorbei.

Besonders Angehörige und professionelle Begleiter\*innen möchten wir zur Teilnahme einladen.

Themen und Termine

02.12.2019

Erfahrungen mit Hilfe

**Uhrzeit: 18.00 – 19.30 Uhr (mit Pause)**

Wir bitten um pünktliches Erscheinen.

Ort:

**Hiram Haus** - Hofbousaal hinter dem Restaurant –  
(Zugang durch die linke Tür neben dem Restaurant)  
**Alt-Tempelhof 28 - 12103 Berlin**

Verkehrsverbindung: U-Bahn: Alt-Tempelhof (U6), Bus: M46, 140, 184, 246

Kontakt:

Psychose-Seminar Tempelhof  
ps.tmp@kabelmail.net

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Charta für Zivilgesellschaft und Demokratie

Mit einer gemeinsamen »Charta für Zivilgesellschaft und Demokratie« haben elf Dachverbände und Netzwerke auf die Bedeutung einer unabhängigen Zivilgesellschaft für eine lebendige und starke Demokratie hingewiesen. Sie wenden sich gegen zunehmende Forderungen aus dem politischen Raum, gemeinnützige Organisationen in ihrer Arbeit einzuschränken. Nach Überzeugung der Dachverbände und Netzwerke übernehmen zivilgesellschaftliche Organisationen neben dem täglichen gesellschaftlichen Engagement eine Brückenfunktion zwischen Bevölkerung und Politik. Ihre bisweilen kritische Begleitung und Kontrolle politischer Prozesse gehört zum anerkannten demokratischen Selbstverständnis freiheitlicher Gesellschaften. Dabei hat zivilgesellschaftliches und gemeinnütziges Engagement immer auch eine politische Dimension. Dieses Engagement ist für eine lebendige Demokratie unverzichtbar und müsse durch eine zeitnahe Reform des Gemeinnützigkeitsrechts gestärkt werden, so die Autor/innen des Papiers. Bislang können tagespolitische Äußerungen zu Themen, die nicht offensichtlich mit den Satzungszwecken verbunden sind, zum Verlust der Gemeinnützigkeit führen. Zudem hängt die Gemeinnützigkeit von Organisationen, die sich überwiegend politisch betätigen, von der Rechtsauslegung der zuständigen Finanzbehörden ab. Die Erklärung wird unter anderem gestützt durch Stifterverband, Deutscher Olympischer Sportbund und Deutscher Kulturrat.

Die [Charta im Wortlaut](#) (PDF) finden Sie unter diesem Link.

[www.zivilgesellschaft-ist-gemeinnuetzig.de/charta](http://www.zivilgesellschaft-ist-gemeinnuetzig.de/charta)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Gründung: Netzwerk Demokratie stärken

Am 22. und 23. November 2019 trafen sich in Bonn Vertreter/innen von 40 verschiedenen Demokratie-Initiativen aus ganz Deutschland, um sich auszutauschen und über Möglichkeiten der Vernetzung und der weiteren Zusammenarbeit zu diskutieren. Rund um die Arbeit und Bedarfe der unterschiedlichen Initiativen wurden vielfältige Themen diskutiert. Klar wurde, dass eine weitere Vernetzung von allen als wichtig erachtet und unterstützt wird. Vor diesem Hintergrund wurde auf dem Treffen die Gründung des »Netzwerks Demokratie stärken« vereinbart. Mitglieder des Netzwerks können Initiativen werden, deren Hauptziel es ist, die Demokratie – in ihrem näheren oder weiteren Umfeld – zu stärken. Initiiert wurde das Treffen von der Stiftung Mitarbeit und dem Netzwerk Bürgerbeteiligung.

<https://www.netzwerk-buergerbeteiligung.de/>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## Stiftung Mitarbeit: Starthilfeförderung für neue Initiativen

Die Stiftung Mitarbeit vergibt seit vielen Jahren Starthilfeszuschüsse an kleinere lokale Organisationen mit geringen eigenen finanziellen und personellen Ressourcen sowie an neue Initiativen und junge Vereine, die in den Bereichen Soziales, Politik, Kultur, Umwelt und Bildung jenseits von Schule tätig sind. Wesentlich dabei ist, dass beispielhaft aufgezeigt wird, wie Zusammenschlüsse von Menschen das Leben in unserer Gesellschaft mitbestimmen und mitgestalten können. Mit der Starthilfeförderung will die Stiftung Mitarbeit Bürgerinnen und Bürger ermutigen, sich an Gemeinschaftsaufgaben aktiv zu beteiligen und demokratische Mitverantwortung zu übernehmen. Dabei steht die Förderung von Aktionen und Initiativen im kommunalen Raum im Vordergrund. Anträge können ganzjährig formlos eingereicht werden. Über die Bewilligung entscheidet ein Gremium der Stiftung Mitarbeit mehrmals im Jahr, die nächste Antragsfrist endet am 24. Februar 2020.

Weitere Informationen unter:

[https://www.mitarbeit.de/foerderung\\_projekte/starthilfegoerderung/foerderrichtlinien/](https://www.mitarbeit.de/foerderung_projekte/starthilfegoerderung/foerderrichtlinien/)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Friedrich-Ebert-Stiftung macht Vorschläge zur

## Neuaustrichtung der Pflegepolitik

Die Betreuung von pflegebedürftigen Menschen in Deutschland muss fundamental umgebaut werden. Dieser Ansicht ist die [Friedrich-Ebert-Stiftung](#), die ein [Positionspapier](#) zum Umbau der Pflegepolitik erarbeitet hat.

Danach sollte die Politik die finanzielle Belastung für Pflegebedürftige und Angehörige begrenzen, Beratung, Begleitung und Prävention stärken und rechtssichere Rahmenbedingungen für die Betreuung in privaten Haushalten schaffen.

„Die finanzielle Überforderung der Pflegebedürftigen und ihrer Angehörigen, aber auch zunehmend der örtlichen und überörtlichen Sozialhilfeträger, macht immer deutlicher, dass die Pflegeversicherung in der Realität keine echte Risikoabsicherung darstellt“, heißt es in dem Papier.

Sie sei in der Praxis lediglich eine gesetzliche Zuschussregelung für Pflegeleistungen. Die Eigenanteile sollten laut Stiftung daher gedeckelt werden, eine Pflege-Bürgerversicherung sollte eingeführt und die Finanzierungspflichten des Staates zur Sicherung einer bedarfsgerechten Pflegeinfrastruktur sollten gesetzlich fixiert werden.

Die Stiftung fordert zudem, die Beratungs- und Präventionsleistungen zu verbessern. „Die gesetzlichen Pflege- und Versorgungsleistungen und das komplexer werdende Versorgungsangebot in Gesundheit und Pflege fordern eine bedarfsgerechte professionelle Beratung und Begleitung der Hilfesuchenden“, so die Autoren des Positionspapiers.

Quelle: *Ärzteblatt*, 27. November 2019

» [Inhaltsverzeichnis](#)

### P F L E G E

## Pflegende Angehörige zur Selbsthilfe aktivieren

„Man ist nicht allein,“ sagt Klaus. Er pflegt seine Frau. Und besucht die Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige. Positiv überrascht berichtet er von seinen Erfahrungen bei den Treffen.

Anschauen und anhören kann man sich das in einem zweiten 90 Sekunden-Spot der Kontaktstellen PflegeEngagement (KPE). Im Rahmen einer Social-Media-Kampagne auf Kanälen wie Facebook u.a. soll zur „Woche der seelischen Gesundheit“ (10.-20.10.2019) ein weiterer, dritter Spot für Angehörigengruppen werben.

In allen drei Aufnahmen kommen Menschen zu Wort, die zuhause jemanden pflegen. Sie wollen Angehörige in der gleichen Situation ermutigen, Austausch und Unterstützung in einer Gruppe zu suchen. In Berlin gibt es über 180 Angehörigengruppen der KPE. Hier können Pflegende sich miteinander austauschen und Abstand von ihrem Alltag bekommen. Von Gesprächskreisen über Entspannungsgruppen bis hin zum Kiezspaziergang ist immer das Ziel, die Lebensqualität und Selbstbestimmung der Menschen im Umfeld von Pflege zu fördern und zu verbessern.

Hintergrund ist, dass sich viele Berlinerinnen und Berliner, die zuhause ihre Mutter, ihren Vater, andere Familienangehörige oder auch Nachbarn pflegen, in ihrer Pflegesituation alleingelassen und häufig überfordert fühlen. In der Hauptstadt werden rund 106.000 Menschen zuhause gepflegt, davon fast 72.000 nur durch Angehörige (lt. Amt für Statistik Berlin-Brandenburg, 2017).

Mehr Infos unter <https://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen/>

Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung - Projektkoordination

Bismarckstraße 101, Eingang Weimarer Straße – 10625 Berlin Charlottenburg

Tel (030) 890 285 36

[kammermeier@sekis-berlin.de](mailto:kammermeier@sekis-berlin.de)

<http://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

### P U B L I K A T I O N E N

## Bewegte Gesellschaft – Deutsche Protestgeschichte seit 1945

In der Demokratie ist gewaltfreier Protest erlaubt, und zugleich ist er in seinen wechselnden Formen oder Anlässen eine Art Resonanzboden gesellschaftlicher Kontroversen und Krisen. Der Autor zeichnet die Geschichte des Protests, seiner Formen und Milieus seit 1945 nach. Schließlich widmet er sich auch dem Zusammenhang von Protest und Migration in Deutschland.

Gassert, Philipp: *Bewegte Gesellschaft. Deutsche Protestgeschichte seit 1945.*

PUBLIKATIONEN

## Pflege und Digitalisierung

Mit dem Schwerpunktthema Pflege und Digitalisierung greift das EthikJournal ein gegenwärtig ebenso dringliches wie kontroverses Thema auf. Der Einsatz von Assistenztechniken und Robotern, so das Versprechen, soll nicht nur Pflegekräfte entlasten, sondern auch helfen, die Selbstbestimmung Hilfsbedürftiger zu erhalten und zu unterstützen. Doch ist diesem Versprechen zu trauen? Viele Betroffene – sowohl Pflegekräfte als auch Pflegebedürftige – stehen dem Einsatz digitaler Technik in der Pflege skeptisch gegenüber. Ist dies als ein bloß gefühlsmäßiger Vorbehalt zu verstehen? Oder ist dies vielmehr Ausdruck der realistischen und rational begründbaren Einschätzung, dass mit diesen Techniken durchaus erhebliche Gefahren für ein humanes Selbstverständnis der Pflege als zwischenmenschliches Beziehungsgeschehen verbunden sind?

Das EthikJournal bringt zu diesem Schwerpunkt einen Beitrag von Regina Ammicht Quinn (unter Mitarbeit von Mone Spindler) mit dem Titel Zwischen Fürsorge und Kontrolle: Ethische Überlegungen zu Techniken für ein gutes Altern. Karin und Rebecca Reichel diskutieren sodann, welche Digitalen Kompetenzen für die Pflege 4.0 nötig sind. Arne Manzeschke schreibt zum Thema Roboter in der Pflege. Und außerhalb des Schwerpunkts zeigt Emanuel John in seinem Beitrag Hilfe durch Zwang? Professionelle Sorgebeziehungen im Spannungsfeld von Wohl und Selbstbestimmung eindrucksvoll, wie Fragen der angewandten Ethik mit Grundsatzfragen der Praktischen Philosophie verbunden sind.

Sie finden die aktuelle Ausgabe frei verfügbar unter

[www.ethikjournal.de/ausgabe-12019/](http://www.ethikjournal.de/ausgabe-12019/)

PUBLIKATIONEN

## Psychotherapie: Informationsbroschüre für Senioren

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen ([BAGSO](#)) hat in Kooperation mit der Deutschen Psychotherapeutenvereinigung ([DPTV](#)) die Broschüren „Wenn die Seele krank ist – Psychotherapie im höheren Lebensalter“ sowie „Entlastung für die Seele – Ein Ratgeber für pflegende Angehörige“ überarbeitet. Sie sollen Senioren helfen, sich unverbindlich über psychotherapeutische Hilfsangebote zu informieren.

„Ältere Menschen haben oft eine große Scheu, über psychische Probleme wie Depressionen oder Angststörungen zu sprechen“, sagt DPTV-Bundsvorsitzende Barbara Lubisch. Die Betroffenen seien in einer Zeit aufgewachsen, in der psychische Krankheiten mit Schwäche oder „Verrücktsein“ gleichgesetzt wurde. Daher sei es verständlich, dass viele Ältere nicht von sich aus über ihr Problem sprechen.

Das Problem dabei: Nach wie vor würden psychische Erkrankungen bei älteren Menschen oft nicht erkannt und dementsprechend nicht fachgerecht oder erst spät behandelt. Zudem würden bei Vorliegen einer psychischen Erkrankung häufig Medikamente verschrieben.

„Nach dem Sechsten Altenbericht bekommen bis zu zehn Prozent der über 60-Jährigen keine psychotherapeutische Behandlung, obwohl eine Psychotherapie indiziert wäre“, so Lubisch. Stattdessen erhalte fast jede vierte 80-jährige Frau Psychopharmaka.

Vor diesem Hintergrund engagiert sich die DPTV seit Jahren für eine Verbesserung der psychotherapeutischen Versorgung von Menschen in höherem Lebensalter. © hil/sb/aerzteblatt.de  
Links zum Thema

[Broschüre „Wenn die Seele krank ist – Psychotherapie im höheren Lebensalter“](#)

[Broschüre „Entlastung für die Seele – Ein Ratgeber für pflegende Angehörige“](#)

[Virtual-Reality: Robert-Enke-Stiftung klärt über Depressionen auf](#)

[Kombidi psychische Störungen bei Diabetikern häufig](#)

Quelle: Ärzteblatt, 24. Oktober 2019

PUBLIKATIONEN

Netzwerk Selbsthilfe e.V.



## Fördertöpfe für Vereine, selbstorganisierte Projekte und politische Initiativen

Die Fördertöpfe für Vereine, selbstorganisierte Projekte und politische Initiativen, nunmehr in der 14. überarbeiteten und aktualisierten Auflage, sind das praxisorientierte Nachschlagewerk für alle Projektmitarbeiter\*innen, Gruppen und Initiativen, die nach innovativen Finanzierungswegen zur Verwirklichung ihrer Projektideen suchen.

Die Broschüre porträtiert mehr als 430 regionale, bundesweite und internationale Stiftungen und Förderquellen, davon 80 neu hinzugekommene und 350 aktualisierte Einträge. Das umfassende Schlagwortregister erleichtert die Suche nach passenden Geldgeber\*innen für alle politischen, gesellschaftlichen und sozialen Projekte in der Jugendarbeit, der Demokratieförderung, der Politischen Bildung, Projekten aus den Bereichen Kunst und Kultur, Projekte gegen soziale Benachteiligung, für Frauen, Geflüchtete und FLTI\*, bei entwicklungspolitischen Vorhaben und für Umweltschutzinitiativen.

Die sorgfältig recherchierten Hinweise auf ausgewählte Fördermöglichkeiten, die umfangreiche Link-Sammlung zu regionalen, thematischen und internationalen Förderdatenbanken, das detaillierte Schlagwortregister sowie die praktischen Tipps und Tricks zur Antragstellung, machen die Broschüre zu einem kompetenten Wegweiser durch den Förderdschungel.

Herausgegeben von Netzwerk Selbsthilfe e.V.

14. vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage 2020, 264 Seiten, 24 Euro plus Porto + Verpackung.  
zur Bestellung per Rechnung:

<https://bestellen.netzwerk-selbsthilfe.de/node/43>

### Netzwerk Selbsthilfe

Gneisenastr. 2a | 10961 Berlin

Telefon +49.030.6913072,

Fax +49.030.6913005

[www.netzwerk-selbsthilfe.de](http://www.netzwerk-selbsthilfe.de)

[mail@netzwerk-selbsthilfe.de](mailto:mail@netzwerk-selbsthilfe.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## VERANSTALTUNGEN

<http://www.sekis.de/aktuelles/veranstaltungen/>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## VERANSTALTUNGEN

**02. Dezember 2019**                      **18.00 – 19.30 Uhr**

### Workshop Stressbewältigung in der KIS Pankow

KIS – Seminarraum, 1. OG im Stadtteilzentrum Pankow, Schönholzer Str.10, 13187 Berlin

Veranstalter:            Selbsthilfe-Kontaktstelle Pankow

Kleine Übungen aus den Bereichen Achtsamkeit, Entspannung und Mentaltraining können helfen gelassener zu bleiben und achtsamer mit sich umzugehen. Entdecken Sie in diesem Workshop, welche kurzen, aber effektiven Techniken am besten zu Ihnen und Ihrem Alltag passen.“

Referentin:            Monika Fränznick, Stressreduktionstrainerin, Gesundheitscoach

Anmeldung:            030 49 98 70 910, [kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## VERANSTALTUNGEN

**montags, 02. Dezember, 9. Dezember, 16. Dezember 2019**    **18 – 19.30 Uhr**

### Workshop-Reihe:

#### Resilienz Depressionen - Auf das Positive blicken und Lösungen finden

Selbsthilfe- Kontaktstelle Mitte StadtRand gGmbH Perleberger Str. 44 10559 Berlin

Veranstalter:            Projekt Junge Selbsthilfe in Berlin Mitte - StadtRand gGmbH

Workshopreihe zum Thema Resilienz für Menschen mit Depressions-Erfahrung. Die Stärkung der seelischen Widerstandskraft, d.h. unserer Resilienz, kann uns helfen, den kleinen und -mit etwas Übung auch größeren- Krisen und schwierigen Lebenssituationen gelassener zu begegnen, mit ihnen konstruktiv umzugehen und sogar an ihnen zu wachsen.

In einem 3-teiligen Workshop wollen wir die Basis für den Aufbau von Resilienz legen.

Besuchen Sie uns unter: [www.stadtrand-berlin.de](http://www.stadtrand-berlin.de)

Was ist mein Weg zu mehr „Resilienz“ im Alltag?

Über Informationen, Gespräche und ganz praktische Übungen zur Selbsterfahrung setzen die drei Abende jeweils eigene Schwerpunkte. Die Abende können einzeln besucht werden, entfalten gemeinsam jedoch die größere Wirkung.

Themen:

Montag, 02.12.2019 - Gefühle erkennen und annehmen |

Montag, 09.12.2019 - Sich selbst und anderen Mitgefühl geben |

Montag, 16.12.2019 - Auf das Positive blicken und Lösungen finden

Kosten: Die Workshops sind kostenfrei

Anmeldung: Wir bitten um Anmeldung

Tel: **030 – 394 63 64**

Mail: [kontakt@stadtrandberlin.de](mailto:kontakt@stadtrandberlin.de)

Internet: [www.stadtrand-berlin.de](http://www.stadtrand-berlin.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## VERANSTALTUNGEN

**03. Dezember 2019**

**18 Uhr**

### **Utopia ist da, wo man`s lebt – Ein Jahr Werkstatt Utopia**

Einladung: Großes Sinfoniekonzert des Utopia Orchesters

Gethsemanekirche, Stargarder Str. 77, 10437 Berlin-Prenzlauer Berg

Leitung: Mariano Domingo |

am 3. Dezember 2019 - dem Internationalen Tag der Menschen mit Behinderung - gibt das inklusive Utopia Orchester unter der Leitung von Mariano Domingo um 18 Uhr ein großes Sinfoniekonzert in der Gethsemanekirche im Prenzlauer Berg. Neben klassischer Musik von Händel, Haydn, Beethoven, Bizet, Delibes, Tschairowsky und Puccini erklingen moderne Werke von Yann Tiersen, Joe Hisaishi, Burkhard Ruckert und Viktoria Volovik. Wie beim letzten Sinfoniekonzert

im GRIPS Theater darf sich das Publikum wieder auf großartige Solistinnen und Solisten freuen:

Odric Aurelian (Klavier) | Kristina Gordadze (Sopran) | Artak Kirakosyan (Tenor) | Viki Volovik (Klavier)

Das Utopia Orchester ist das erste inklusive Sinfonieorchester in Berlin und bundesweit. Es gehört zur Werkstatt Utopia, dem inklusiven Musikprojekt des Vereins KulturLeben Berlin. In der Werkstatt Utopia treffen sich Menschen mit und ohne Behinderung, die vor allem eines verbindet: Die Liebe zur Musik. Das Konzert wird von einer Gebärdendolmetscherin und einem Musikdolmetscher übertragen. In der Kirche gibt es 50 Plätze mit Induktionsschleifen für Schwerhörige. Leider besitzt die Kirche keine rollstuhlgerechte Toilette, aber es steht eine mobile rollstuhlgeeignete Toilette neben der Kirche zur Verfügung.

Internationaler Tag der Menschen mit Behinderung: 1992 haben die Vereinten Nationen den 3. Dezember zum alljährlichen Internationalen Tag der Menschen mit Behinderung ausgerufen. An diesem Tag finden weltweit Aktionen statt, die sich dafür einsetzen, die volle Teilhabe und Gleichstellung von Menschen mit Behinderung zu erreichen.

Über Ihre Teilnahme, Ihre Vorankündigung und Ihre Berichterstattung freuen wir uns. Informationen zur Werkstatt Utopia finden Sie unter [www.utopia.kulturleben-berlin.de](http://www.utopia.kulturleben-berlin.de).

Für Auskünfte stehen wir Ihnen unter [utopia@kulturleben-berlin.de](mailto:utopia@kulturleben-berlin.de) oder unter der Telefonnummer 030 - 31 16 26 49 gerne zur Verfügung.

Miriam Kremer - Presse- und ÖA KulturLeben Berlin

Kosten: Der Eintritt ist frei.

Anmeldung: Wir bitten um Anmeldung: [utopia@kulturleben-berlin.de](mailto:utopia@kulturleben-berlin.de)

Tel: **030 - 31 16 26 49**

Mail: [utopia@kulturleben-berlin.de](mailto:utopia@kulturleben-berlin.de)

Internet: [www.kulturleben-berlin.de](http://www.kulturleben-berlin.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## VERANSTALTUNGEN

**04. Dezember 2019**

**15.00 Uhr**

## Selbsthilfegruppe Trauer – Gesprächskreis Nahtod

SEKIS, Bismarckstr. 101, 10625 Berlin - Raum 5009

Sie haben ein Nahtod- oder Nahtod-Erlebnis?

Es ist besonders schwer, mit anderen über eigene Nahtod-Erlebnisse oder gar von Nahtod-Erfahrungen zu sprechen.

Dabei ist es ein (Grund-)Bedürfnis, alles in Worte zu fassen und mitzuteilen.

Wir laden Sie herzlich ein zum Referat über Tod-Nahtod mit anschließendem Erfahrungsaustausch

Wir informieren Sie gerne über die nächsten Termine, an denen diese Veranstaltung wiederholt wird.

Anmeldung: Anmeldung erforderlich

Tel: **030 854 12 89 (auch AB)**

Mail: trauer.nahtod@gmail.com

» [Inhaltsverzeichnis](#)

### VERANSTALTUNGEN

**05. Dezember 2019** **16.30 bis 19.00 Uhr**

Workshop mit Krankenkassenvertretern

#### **Selbsthilfeleitfaden 2020 -**

#### **Was ist neu in den Anträgen für die Selbsthilfeorganisationen**

SOVD Bund, Stralauer Str. 63, 10179 Berlin

Veranstalter: Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e.V.

Workshop mit Krankenkassenvertretern (u.a. Detlev Fronhöfer, AOK Nordost) und der LV Selbsthilfe Berlin e. V.

Förderung durch die Gesetzlichen Krankenkassen im Land Berlin im Rahmen des Projekts

Zusammen besser - besser zusammen.

Kosten: 5,00 €, mit Berlinpass 2,00 €

Anmeldung: BITTE anmelden, damit wir planen können.

Tel: **030 27 98 56 90**

Mail: hohmann@lv-selbsthilfe-berlin.de

Internet: www.lv-selbsthilfe-berlin.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

### VERANSTALTUNGEN

**05. Dezember 2019** **18.00 – 21.00 Uhr**

#### **Wenn Angst krankmacht**

Selbsthilfe- Kontaktstelle Mitte - StadtRand gGmbH - Perleberger Str. 44, 10559 Berlin

An diesem Tag können Sie in einem interaktiven Workshop der Angsterkrankung auf den Grund gehen. Kann man Angst erklären? Was ist sie und wie wirkt sie? Womit kann sie uns helfen und ab wann macht Angst krank?

Neben grundlegenden Erläuterungen zum Thema werden an diesem Abend unterschiedliche Angsterkrankungen (generalisierte Angststörung, soziale Angst ...) vorgestellt. Zusätzlich wird es Hinweise für einen gelassenen Umgang mit der Angst geben. Damit verbinden sich praktische Übungen und kurze Entspannungselemente für den Alltag.

Das Seminar wird die Teilnehmer\*innen aktiv mit einbeziehen und gerne allen mitgebrachten Fragen nachgehen.

Referent: Rolf Netzmann - EX-IN Genesungsbegleiter, Systemischer Coach

Kosten: Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Tel: **030 – 394 63 64**

Mail: kontakt@stadtrand-berlin.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

### VERANSTALTUNGEN

**07. Dezember 2019** **9.00 - 14.00 Uhr**

#### **Arzt-Patienten-Seminar:**

#### **Axiale Spondyloarthritis (Morbus Bechterew) und Psoriasis-Arthritis**

Charité – Campus Benjamin Franklin (Hörsaal West und Kursräume), Hindenburgdamm 30, 12203 Berlin

Programm:

Begrüßung durch Prof. D. Poddubnyy sowie Vorträge: Spondyloarthritiden, Prof. J. Sieper; Psoriasis-Arthritis, Dr. Proft; Impfungen bei Patienten, Prof. T. Schneider; Einfluss von Ernährung, Prof. A. Michalsen und Workshops: Der „schwache“ Knochen. Diagnostik und Therapie der Osteoporose, Dr. B. Muche; Bildgebung bei SpA und PsA – Interaktive Falldiskussion Ihrer Befunde, Prof. K.-G. Hermann; Beratung und Selbsthilfe: Wie hilft eine Patientenorganisation?, H. Bundschuh, P. Böhm

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## VERANSTALTUNGEN

### 07. Dezember 2019

Einlass ist ab 20:00 Uhr, die Gala startet um 21 Uhr.

#### Die goldene Jungschwuppe 2019

Die tuntig-trashig-tolle Spendengala zugunsten der Mann-O-Meter-Jugend im Mann-O-Meter, Bülowstr. 106 – direkt am Nollendorfplatz

Veranstalter: Mann-O-Meter

Auch in diesem Jahr scheut die AG Jugend des Mann-O-Meter keine Mühe, um die trashig-glamouröse eigenproduzierte Show „Die Goldene Jungschwuppe“

auf die Beine zu stellen. Denn neben Jugendgruppen und Schulaufklärung wollen wir mindestens einmal im Jahr auch richtig feiern. Darum heißt es bald

wieder: Die „Goldene Jungschwuppe 2019“

Das Mann-O-Meter wird für diesen Abend umgebaut, alles geht raus, dafür Bühne, Technik, Stühle und natürlich Tunten rein! An Tresen und Einlass unterstützen uns die ehrenamtlichen Mitarbeiter aus dem Mann-O-Meter.

Gastgeberinnen sind in diesem Jahr die Jungschwuppen-Stars Anna Klatsche und Fanny Famööös. Die Gäste erwarten Auszeichnungen für peinliche Politiker\*innen und patzige Poltergeister mit diskriminierendem oder selbstzerstörerischem Potenzial, ein Contest junger Nachwuchskünstler\*innen und eine ganze Reihe gestandener Berliner Fummel-Stars und -Sternchen! Nicht wenige davon haben ihre steile Karriere auf unserer Bühne gestartet.

Mit dabei sind Victoria Bacon, Juwels Airlines, Divide Ann Conquer, Lucyfer, Rosetta Bleach, Ellie Caballé, Hortensie von Hodenstock und einige mehr. Sie alle

treten ohne Gage zugunsten des Jugendbereichs von Mann-O-Meter auf - dafür vielen Dank!

Im Anschluss feiern wir im Hafen weiter. Bitchport ist an diesem Abend unsere offizielle Aftershow-Party!

Kosten: Der Eintritt kostet mindestens 5,- €  
und kommt dem Jugendbereich von Mann-O-Meter zugute.

Tel: **030 217 53 215**

Mail: [stefan.mueller@mann-o-meter.de](mailto:stefan.mueller@mann-o-meter.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

## VERANSTALTUNGEN

### 12. Dezember 2020

#### Informationsveranstaltung zum Thema Epilepsie

HORIZONT Selbsthilfe Kontakt- und Beratungsstelle Lichtenberg – Hohenschönhausen - Ahrenshooper Str. 5 - 13051 Berlin

Auf unkomplizierte Art und Weise werden die Referent\*innen in ihrem Vortrag einen Einblick in das Krankheitsbild Epilepsie geben. Außerdem werden sie

anhand von lebensnahen Beispielen darüber berichten, was diese Diagnose für den Alltag bedeuten kann.

Referent\*innen:

MPH Dipl. Soz. Norbert van Kampen, Epilepsie-Zentrum Berlin-Brandenburg |

Tanja Salzmann (MA Social Work), Selbsthilfekontaktstelle Horizont

Facebook: [Horizont Selbsthilfekontaktstelle Lichtenberg](#)

Kosten: Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Anmeldung: Anmeldung unter 030 – 962 10 33 oder [info@selbsthilfe-lichtenberg.de](mailto:info@selbsthilfe-lichtenberg.de)

Tel: **030 962 10 33**

Mail: [info@selbsthilfe-lichtenberg.de](mailto:info@selbsthilfe-lichtenberg.de)

Internet: [www.selbsthilfe-lichtenberg.de](http://www.selbsthilfe-lichtenberg.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

14. Dezember 2019

14 - 24 Uhr

## 2. Gesamttreffen Junge Selbsthilfe Berlin

Mach mit und werde Teil der Selbsthilfe Magie!

Jugendgästehaus am Hauptbahnhof, Lehrter Str. 68, 10557 Berlin

Veranstalter: Projekt Junge Selbsthilfe in Berlin Mitte - StadtRand gGmbH

Der Countdown läuft, die letzten Vorbereitungen stehen an. Bald ist es soweit:

Das Gesamttreffen Junge Selbsthilfe Berlin steht vor der Tür. Wir laden alle Menschen zwischen 18 und 35 Jahren, die in der Selbsthilfe engagiert sind oder es gerne wären, zum Gesamttreffen der Jungen Selbsthilfe Berlin ein. Was passiert dort? Zusammen mit Euch wollen wir zum Thema Selbsthilfe visionieren, uns austauschen, uns begegnen und einfach gemeinsam eine schöne Zeit haben.

Wir möchten mit Euch in die Zukunft der Jungen Selbsthilfe Berlin blicken. Was erwartet Euch beim Gesamttreffen der Jungen Selbsthilfe Berlin?

Viele Formen - Open Space - Essen – Tanzen –Party

Die Magie, die entsteht, wenn Selbsthilfeaktive zusammen kommen ist einzigartig und kraftvoll.

Unsere Plätze sind begrenzt. Meldet Euch jetzt schnell bei Anja an!

Auch unsere Plakate und Postkarten könnt ihr bei Anja bestellen.

Per Mail [jungeselbsthilfe@stadtrandberlin.de](mailto:jungeselbsthilfe@stadtrandberlin.de)

per Instagram: [jungeselbsthilfeberlin](https://www.instagram.com/jungeselbsthilfeberlin)

per Facebook: SHK Mitte

Tel: **030 3946364**

Mail: [Jungeselbsthilfe@stadtrandberlin.de](mailto:Jungeselbsthilfe@stadtrandberlin.de)

Internet: <https://www.stadtrandberlin.de/jungeselbsthilfe/aktivitaetenzur-jungen-sh/>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

17. Dezember 2019

ab 17 Uhr

## Weihnachtsfeier im Mann-O-Meter für schwule und bisexuelle Männer 50plus

Mann-O-Meter e.V. - Bülowstr. 106 - 10783 Berlin

Veranstalter: Mann-O-Meter e.V. - Berlins schwuler Checkpoint - Bülowstr. 106 - 10783 Berlin

Auch in diesem Jahr veranstaltet Mann-O-Meter im Rahmen seines Kieztreffs „Café Doppelherz“ eine Weihnachtsfeier für schwule und bisexuelle Männer 50plus. Als Höhepunkt gibt es ein kleines

Bühnenprogramm unter dem Motto: "Mit Tilly Creutzfeld-Jakob und Myke Lowe unterm

Weihnachtsbaum." Mit Witz und

Kosten: Eintritt sowie Kaffee- und Kuchenbuffet sind frei.

Tel: **030 216 80 08**

Internet: [www.mann-o-meter.de](http://www.mann-o-meter.de)

## IMPRESSUM

Dieser Newsletter geht an die Mail-Adressen der Abonnenten des SEKIS Newsletters.

**Beachten Sie auch bitte unsere aktuellen Hinweise zum Datenschutz und zu Ihrem Widerspruchsrecht unter <https://www.sekis.de/datenschutz>**

Wenn Sie unseren Newsletter nicht mehr erhalten möchten, dann senden Sie uns bitte eine E-Mail mit dem Betreff „Newsletter abmelden“ an [newsletter@sekis-berlin.de](mailto:newsletter@sekis-berlin.de).

Impressum  
SEKIS  
Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle  
Verantwortlich: Ella Wassink  
Bismarckstr.101 – 10625 Berlin  
Tel. 030 – 890 285 33  
Fax 030 - 890 285 40  
[sekis@sekis-berlin.de](mailto:sekis@sekis-berlin.de)  
[www.sekis.de](http://www.sekis.de)