

Inhaltsverzeichnis

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN	2
Selbsthilfe in Zeiten von Corona- Hinweise und Empfehlungen	2
Die Selbsthilfe-Kontaktstellen seit 18. Mai wieder schrittweise geöffnet	3
SELBSTHILFE ONLINE	3
Online- und Telefon-Angebote der Selbsthilfe	3
Anonyme Alkoholiker Online	3
AI-Anon	3
Kreuzbund Chat	4
ApK - Angehörige psychisch Erkrankter ONLINE	4
Alzheimer Angehörigen-Initiative	4
Alzheimer Gesellschaft Berlin	5
bipolaris	5
Die Erfahrungsexperten	5
Junge Selbsthilfe trifft sich jeden Abend	5
Online Trauerbegleitung „Youngwings“	5
Neue Recovery Gruppe online	6
Rheuma-Liga Berlin	6
Coming Out Gruppe für Frauen 40plus - Online	6
Projekt "Quasselstrippe"	6
SELBSTHILFE	7
Stammtisch Junge Selbsthilfe wieder als reale Begegnung	7
Selbstliebe statt emotionale Abhängigkeit - eine Männergruppe	7
Selbstliebe entdecken: eine Frauengruppe für mehr Selbstachtung	7
Autismus – Gruppe in Gründung in Pankow	8
Borderline- Gruppen für Betroffene und Angehörige in Gründung	8
Selbsthilfegruppe „Ebbe & Flut“ für Bipolar Erfahrene	8
Offener Treff für Angst und Depression	8
Depressionen U35 - Wir suchen weitere Teilnehmer zwischen 18 & 35 Jahren	8
Selbsthilfegruppe Zwänge U35 in Berlin - Mitte	9
Trauercafé Pankow	9
Angst vorm Präsentieren	9
Angehörigengruppe	10
Angehörigen-Stammtisch von MS Betroffenen	10
Selbsthilfegruppe Angehörige von Krebspatient*innen - Neugründung	10
Krebs – Mit Farben auf neuen Wegen	10
Krebs-Selbsthilfegruppe in der Charité	11
Essentieller Tremor für Anfänger & Fortgeschrittene	11
Selbsthilfegruppe Eltern hochsensibler Kinder	11
PROJEKTE	11
Messe für Projekt zu afrikanischen Themen	11
Wir suchen Spieler*innen mit chronischen Erkrankungen jeglicher Art	12
Familienzeit für Krebsfamilien	12
Zusammen schaffen wir das! -	13
Nachbarschaftshilfe von der L- Community für die L-Communities	13
BERATUNG DER SELBSTHILFE FÜR DIE SELBSTHILFE	13
Die Sozialberatung bei SEKIS findet ab Juni wieder in der Kontaktstelle statt	13

Peer-Beratung - Menschen mit Krisenerfahrung beraten Menschen in Krisen	13
Soziale Beratung für Rheumakranke auch telefonisch	14
Teilhabeberatung	14
SHIA Selbsthilfe-Initiativ Alleinerziehender	14
RUT - Wir beraten Euch gern	15
BARRIEREFREIHEIT	15
Infos über Selbsthilfe in Gebärdensprache	15
Infos zu Corona in verschiedenen Sprachen	15
PATIENTENINTERESSEN	15
Patientenmonitor der UPD 2019 - Kassen tricksen bei Widersprüchen	15
Berliner Krankenhausverzeichnis überarbeitet	16
Bitte um Mitarbeit an die Selbsthilfe	16
Genehmigungsfiktion: Jetzt müssen Patienten schnell sein	17
Digitalisierung: Neue Zugriffsrechte für Psychotherapeuten und den ÖGD	17
Videosprechstunden weiterhin unbegrenzt möglich	18
Entwurf zur Intensivpflege entmündigt Patientinnen und Patienten weiterhin	18
Behinderten-Beauftragter fordert bessere Vergütung medizinischer Zentren	19
Körperliche Aktivität steigert Lebensqualität von Langzeitüberlebenden nach Darmkrebs	20
Aktualisierte Gesundheitsinformationen der ÄZQ	20
ÄZQ Patienteninformation: Restless-Legs-Syndrom	20
Neue Gesundheitsinformationen zu psychischen und chronischen Erkrankungen	20
Welche Informationen benötigen Familien mit Kindern mit seltenen Erkrankungen?	21
Notwendige Ergänzungen zur Patientenverfügung für die Intensivbehandlung	22
MIGRATION	22
Was ist das Projekt Selbsthilfe und Migration?	22
Zentrum Überleben hilft Geflüchteten	23
PUBLIKATIONEN	23
Studie: Bedrängte Zivilgesellschaft von rechts	24
FORTBILDUNG FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN	24
Schrittweise Wiederaufnahme unserer Fortbildungsveranstaltungen	24
Nur Mut zu Video- oder Telefonkonferenzen - Selbsthilfegruppen-Treffen in Corona-Zeiten	24
VERANSTALTUNGEN	25
Während die Pandemiebedingungen noch bestehen, sind Veranstaltungen von Selko e. V. / SEKIS und den Kontaktstellen zunächst ausgesetzt.	25
02. Juli 2020 16:00 - 17:15 Uhr	25
Behandlungsmethoden bei Haut-Krebs - Vortrag Prof. Dr. Jutta Hübner	25
Samstag 25. Juli 2020 10 - 16 Uhr	26
Junge Selbsthilfe sucht Darsteller*innen für Musikvideo „Zusammen“	26
29. Juli 2020 19:00 – 20:30 Uhr	26
Präventionskurs RASMUS - Resilienztraining zur Stressbewältigung	26
10. August 2020 19 Uhr	26
Schilddrüse, kleines Organ mit großer Wirkung	26
19. August 2020 16.00–18.00 Uhr	26
Trauer-Cafe in Treptow-Köpenick	27
IMPRESSUM	27

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN

Selbsthilfe in Zeiten von Corona- Hinweise und Empfehlungen

Aktuelle Empfehlungen und Hinweise zu Einschränkungen angesichts der Pandemie

Der Dachverband der Berliner Selbsthilfe-Kontaktstellen, Selko e.V., die Landesvereinigung Selbsthilfe e.V. und der Paritätische Wohlfahrtsverband, Landesverband Berlin haben ein Papier mit Hinweisen für Selbsthilfegruppen und -organisationen entwickelt.

Diese beruhen auf der aktuellen Infektionsschutzverordnung des Landes Berlin. In dem Papier finden Sie wichtige Auszüge der neuen Infektionsschutzverordnung, die seit Samstag, den 27.06.2020 gilt, sowie Hinweise der Verbände. Hier finden Sie den Link:

https://www.sekis-berlin.de/fileadmin/user_upload/Selbsthilfe_in_Zeiten_von_Corona.pdf

Stand 26. Juni 2020

Bei Fragen oder Anmerkungen können Sie sich gerne an uns wenden.
Projektleitung SEKIS/Geschäftsführung Selko e. V.

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN

Die Selbsthilfe-Kontaktstellen seit 18. Mai wieder schrittweise geöffnet

Die Selbsthilfe Kontaktstellen in Berlin öffnen seit dem 18.05.2020 schrittweise wieder für Selbsthilfegruppen und Beratungen. Dabei sind Schutzvorkehrungen zu beachten und Sicherheitsmaßnahmen einzuhalten, die den Gruppen-Sprecher*innen vorab mitgeteilt werden. Bitte kommt nicht einfach so wie gewohnt zu euren Treffen oder Beratungen, sondern nehmt vorher mit euren Gruppensprecher*innen oder der Selbsthilfe Kontaktstelle Kontakt auf. Wir sind hier zu finden: www.sekis-berlin.de/selbsthilfe/kontaktstellen/

Nach wie vor ist Corona eine gefährliche Krankheit, für die es keinen Impfstoff gibt, daher sollten Gruppenmitglieder, die zur Risikogruppe gehören, sich sehr gut überlegen, ob sie sich zu einem Gruppentreffen begeben.

Wenn ihr Informationen über das Abhalten von Telefon- oder Videokonferenzen benötigt, könnt ihr euch gerne an uns wenden. Wir werden am 14. Juli dazu ein Online-Seminar anbieten und euch Material zur Verfügung stellen. Anmeldung unter fortbildung@sekis-berlin.de Es ist kein Hexenwerk :-).

Passt weiterhin gut auf euch auf!

SELBSTHILFE ONLINE

Online- und Telefon-Angebote der Selbsthilfe

Datenschutz auch in Krisenzeiten nicht vergessen

Wir wissen, wie wichtig es ist, auf anderen Wegen in Kontakt zu bleiben, wenn die realen Gruppentreffen wegbrechen. Vielleicht erscheint einem da der Datenschutz nicht so wichtig. Aber wir möchten an dieser Stelle davon abraten, gesundheitliche Themen über eine Facebook-Gruppe zu organisieren oder zu besprechen oder alles in einen WhatsApp Chat zu verlegen. Messenger können eine gute Möglichkeit sein, in Kontakt zu bleiben, aber versucht bitte, dann einen sichereren Anbieter wie Threema oder Telegram zu benutzen. [Hier findet ihr mehr zum Thema Datenschutz.](#)

SELBSTHILFE ONLINE

Anonyme Alkoholiker Online

Auch die Anonymen Alkoholiker haben Onlinetreffen. [Listen dazu findet ihr auf deren Webseite.](#)

SELBSTHILFE ONLINE

Al-Anon

In einem Online-Meeting trifft man sich virtuell im Internet und bemüht sich, wie in den örtlichen Meetings, nach den 12 Schritten und Traditionen zu arbeiten.

Online-Meetings sind auf Dauer kein Ersatz, können aber vorübergehend eine kleine Hilfe sein, wenn keine örtlichen Meetings besucht werden können.

Deutschsprachige Online Al-Anon Gruppen finden Sie unter:

www.al-anon-online.de

SELBSTHILFE ONLINE

Online Meetings von „Narcotics Anonymous“, berlin- und bundesweit

Narcotics Anonymous (NA) ist eine weltweite Selbsthilfe-Gemeinschaft von genesenden Süchtigen. Unser Hauptziel ist es, Menschen mit Suchtproblemen zu helfen, mit dem Drogenkonsum aufzuhören und ein drogenfreies Leben zu führen, indem wir das Zwölf-Schritte-Programm anwenden.

Die Meetings finden aufgrund der aktuellen Situation ausschließlich online oder telefonisch statt.

Alle Informationen für sind auf folgenden Webseiten nachzulesen:

Für Berlin <https://www.narcotics-anonymous.de/meetings.html/>

SELBSTHILFE ONLINE

Kreuzbund Chat

[Kreuzbund bietet Chat an](#)

Sucht-Selbsthilfe des Kreuzbundes findet statt!

Trotz Corona-Virus treffen wir uns! Statt in der Gruppe "face-to-face", hier im datengeschützten Chat.

Regelmäßige Chat-Zeiten:

- **montags 19 bis 20 Uhr**
- **dienstags 19 bis 20 Uhr**
- **donnerstags 11 bis 12 Uhr**
- **freitags 19 bis 20 Uhr.**

Hier der Link zur [Anmeldung](#).

SELBSTHILFE ONLINE

ApK - Angehörige psychisch Erkrankter ONLINE

Die **Angehörigen psychisch erkrankter Menschen in Berlin** (ApK LV Berlin e.V.) haben nun zwei online Gesprächsgruppen auf die Beine gestellt. Eine dritte kommt vermutlich bald dazu. Aktuelle Informationen finden Sie unter www.apk-berlin.de. Bitte nehmen Sie diese Informationen in Ihren Newsletter auf.

Angehörige psychisch Erkrankter - ONLINE 1

Für alle Angehörigen psychisch erkrankter Menschen:

Am Mittwoch, um 18.00 Uhr

Kontakt: Geschäftsstelle des ApK 030 86 39 57 01 (bitte auch auf den AB sprechen)

Gesprächsgruppe für Geschwister psychisch erkrankter Menschen - ONLINE

Nur für Geschwister psychisch erkrankter Menschen:

Am Montag, um 18.00 Uhr

Bei Interesse schreiben Sie bitte der Gruppenleiterin Frau Haufe unter folgender Adresse:

apk.mhaufe@gmail.com

Sie erklärt dann den Ablauf und schickt einen Link zur Teilnahme. Teilnehmende sollten vor der Gruppe eine Telefonberatung in Anspruch genommen haben.

Angehörige von Menschen mit Borderline-Störung - ONLINE

Kontakt: Ralf Stegemann

Jeden 4. Mittwoch im Monat, 17.30 bis 19.30 Uhr

Die Gruppe freut sich über Neuzugänge und bittet um Voranmeldung und ein Kennenlerngespräch bei Herrn Stegemann unter 0170 454 15 25 oder 030 23 472 104. Dabei können schon erste Fragen, Erwartungen und Wünsche im Hinblick auf die Gruppe geklärt werden. Es können dabei auch Fragen zum Umgang mit Menschen mit Borderline-Diagnose besprochen werden.

In jedem Fall ist ein vorhergegangenes Beratungsgespräch beim ApK (Termine unter 030 86 39 57 01) oder ein Kennenlerngespräch mit der/dem Gruppenleitenden (siehe unten) obligatorisch.

Dr. Henriette Heise - Koordination

Tel (030) 863 957 03

Mail heise@apk-berlin.de

SELBSTHILFE ONLINE

Alzheimer Angehörigen-Initiative

Die Alzheimer Angehörigen-Initiative bietet psychosoziale Entlastung digital und durch telefonische Einzelgespräche, Telefonkonferenzen und die Internet-Selbsthilfegruppe fort. Kontaktaufnahme vorzugsweise per E-Mail an Info@Alzheimer.Berlin.

[Mehr Informationen finden Sie hier auf der Webseite der Initiative.](#)

Alzheimer Gesellschaft Berlin

Die Alzheimer Gesellschaft ist weiterhin für Sie da! Beratung finden per Telefon und per Mail statt. "Aufgrund der aktuellen Entwicklungen rund um das Coronavirus finden vorübergehend keine persönlichen Beratungsgespräche in unserer Geschäftsstelle statt. Gerade in dieser schwierigen Zeit möchten wir aber weiterhin für Sie da sein. Sie erreichen uns in der Geschäftsstelle unter 89094357, Dienstag 14.00 - 18.00 Uhr sowie Mittwoch und Donnerstag 10.00 - 15.00 Uhr Außerhalb der Sprechzeiten können Sie uns eine Nachricht mit Ihrer Telefonnummer auf dem Anrufbeantworter hinterlassen oder Sie schreiben uns eine E-Mail an info@alzheimer-berlin.de. Wir nehmen zeitnah Kontakt mit Ihnen auf." Homepage:

www.alzheimer-berlin.de

Angehörige psychisch Kranker (ApK) Berlin bietet telefonische Beratung

Der ApK hat auf telefonische Beratung umgestellt. Sie können anrufen unter 030 86 39 57 01, hinterlassen Sie ggf. eine Nachricht und der ApK meldet sich schnellstmöglich mit Terminvorschlägen.

[Hier geht's zur Internetseite des ApK.](#)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

bipolaris

Die Selbsthilfevereinigung für Betroffene von Manie & Depression und deren Angehörige hat hilfreiche Angebote für Menschen mit psychischen Erkrankungen zusammengestellt, u.a. Telefonnummern & Beratungen, Nachbarschaftliche & ehrenamtliche Hilfe, Veranstaltungen & Termine sowie Tipps zu Freizeit & Alltag (zu Hause):

<https://www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/infoseite-corona/>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Die Erfahrungsexperten

Die Erfahrungsexperten bieten an: Ein Angebot von und mit Erfahrenen mit seelischen Krisen. Ab Mittwoch, den 1. April veröffentlichen sie jeweils Montag, Mittwoch und Freitag kleine Impulse für zuhause und unterwegs. Diese basieren - wie der Name schon sagt - oft auf den eigenen Erfahrungen der Mitarbeiter*innen während erlebter Krisen in ihrem Leben. Die Teilnahme an diesem Angebot ist kostenlos und ohne Anmeldung möglich. Du kannst Dich im Verlauf gern in Form von Kommentaren selbst einbringen oder einfach nur die Inhalte ansehen. [Mehr Informationen auf der Webseite.](#)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Junge Selbsthilfe trifft sich jeden Abend

Seit dem 30.04.2020 bieten NAKOS und die Junge Selbsthilfe bis auf Weiteres jeden Abend (auch an den Wochenenden!) ein Video-Meeting für junge Selbsthilfeaktive an:

von 19 bis 20 Uhr gibt es die Gelegenheit zum Austausch mit uns, untereinander, zum Auskotzen und zur moralischen Unterstützung in dieser Ausnahmesituation.

Wer auch einmal dabei sein möchte, kann sich per E-Mail: junge-selbsthilfe@nakos.de melden.

[Weitere Infos hier auf der Webseite.](#)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Online Trauerbegleitung „Youngwings“

Aktuell erleben wir eine Situation, wie es sie nie zuvor gegeben hat. Viele Unterstützungsangebot vor Ort fallen weg und der Onlineberatung kommt besonders in dieser Zeit eine große Bedeutung zu. Können wir doch weiterhin zuverlässig für Menschen, die Hilfe suchen, da sein und sie unterstützen ohne eine der beiden Seiten zu gefährden. Da das Team gerade vergrößert wurde, gibt es deutliche Kapazitäten für die Begleitung von jungen Trauernden in unserer Onlineberatungsstelle für trauernde Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aufmerksam machen. Unter www.youngwings.de bieten wir schon viele Jahre anonym und niedrigschwellig Onlinetrauerberatung in Form von Chat, Forum und Einzelberatung an. Wir richten uns an Betroffene, bei denen eine nahe Bezugsperson verstorben ist. Das kann ein Elternteil sein, Großeltern aber auch andere Verwandte, Freunde oder sonstige nahestehende Personen. Aufgrund der aktuellen Notlage haben wir dazu unsere Altersgrenze von 12- 21 auf bis zu 27

Jahre erhöht. Gerne lassen wir Ihnen bei Interesse auch Flyer zukommen. Auf diesem Weg hoffen wir, noch mehr junge Menschen erreichen zu können, die sich nach dem Verlust einer nahestehenden Person Unterstützung und einen Ansprechpartner in ihrer Trauer wünschen.

Kontakt

Stefanie Schulz Beratung und Begleitung T +49 (0)89 2488378 42

schulz@nicolaidis-youngwings.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE ONLINE

Neue Recovery Gruppe online

Die Recovery Gruppe ist ein Ort zum Austausch für junge Menschen (bis 35) rund um die Themen Bewältigung von Krisen, Umgang mit Gefühlen und gesellschaftliche Teilhabe. Die Treffen werden von Teamer*innen geleitet, die Fach- und Erfahrungswissen verbinden. Aufgrund der aktuellen Situation treffen wir uns zunächst online.

Dafür laden wir Euch am 30.06.2020 von 17-19 Uhr zu einem virtuellen Infotreffen und Kennenlernen ein. Um den Einladungslink zu erhalten, meldet Euch bitte per Mail. Im weiteren Verlauf sind auch persönliche Treffen im Freien denkbar, das würden wir gerne gemeinsam besprechen.

Termin immer **dienstags 17.00 – 19.00 Uhr**
Fragen und Anmeldung per Mail anolin@posteo.de
oder per Telefon: 030 28 47 66 47
Kontakt- und Beratungsstelle "transit" Grimmstr. 16, 10967 Berlin
E-Mail: kbs@ajb-berlin.de Web: www.ajb-berlin.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE ONLINE

Rheuma-Liga Berlin

Auch die Rheuma-Liga informiert, was und wie Rheuma-Patient*innen jetzt aktiv bleiben können. Auf ihrer Webseite geben sie dazu Hinweise.

[Zur Webseite der Deutschen Rheumaliga Berlin](#)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE ONLINE

Coming Out Gruppe für Frauen 40plus - Online

Montag, 18 Uhr - Online via Zoom

Fortlaufend 1 x im Monat

Du weißt nicht was los ist, denn du hast Gefühle für andere Frauen? Du fragst dich: „Bin ich lesbisch?“ Du suchst andere Frauen in ähnlicher Situation und möchtest neue Kontakte knüpfen? Ohne Druck kannst du dich mit Frauen in ähnlicher Situation austauschen und sehen, wo dich dein Weg hinführt.

Frauen mit Behinderung sind ausdrücklich willkommen!

Bitte anmelden unter post@rut-berlin.de

RUT - Rat und Tat - Offene Initiative Lesbischer Frauen e.V.

Schillerpromenade 1 - 12049 Berlin

Telefon: 030 – 621 47 53 - Email: [post\(at\)rut-berlin.de](mailto:post(at)rut-berlin.de)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE ONLINE

Projekt "Quasselstrippe"

Dienstags und freitags 14-15 Uhr

Corona hat unser Leben verändert und auch unser soziales Miteinander. Einige von uns sind nun schon seit Wochen ohne sozialen Kontakt und isoliert.

Ihr wünscht euch vielleicht einfach mal wieder ein Gegenüber zum Reden? Deshalb gibt es jetzt unser Projekt „Quasselstrippe“

Jeweils dienstags und freitags von 14-15 Uhr kannst du uns anrufen und findest ein freundliches Gegenüber, das gerne mit dir über alltägliches spricht.

Bitte habt Verständnis dafür, dass dies keine Psychosoziale Telefonberatung ist, solltest du seelische oder körperliche Not haben wende dich bitte an die entsprechenden Notfall Telefonnummern.

RUT - Rat und Tat - Offene Initiative Lesbischer Frauen e.V.

SELBSTHILFE

Stammtisch Junge Selbsthilfe wieder als reale Begegnung

Termin ab 19 Uhr – **WIEDER IM CAFE A-HORN!!!**

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!

Zu unserem Stammtisch Junge Selbsthilfe an jedem letzten Dienstag im Monat,

Ort Café "A.Horn", Carl-Herz-Ufer 9, Ecke Baerwaldstraße,
10961 Berlin-Kreuzberg U1 - Prinzenstr. / Bus 140 - Wilmsstr.

Das Café ist barrierefrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Wir werden einen Tisch im Außenbereich des Cafe's besetzen. Ein Aufsteller mit unserem Stammtischlogo wird auf unserem Tisch zu sehen sein, damit wir für Dich gut erkennbar sind.

Sollten die Plätze nicht ausreichen, (da es zur Zeit nicht möglich ist zu reservieren), werden wir spontan an das angrenzende Spreeufer wechseln.

Der Stammtisch Junge Selbsthilfe ist eine Initiative des Projekts Junge Selbsthilfe Berlin-Mitte / Stadtrand gGmbH junge-selbsthilfe@stadtrand-berlin.de

www.stadtrand-berlin.de/junge-selbsthilfe/willkommen.html

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE

Selbstliebe statt emotionale Abhängigkeit - eine Männergruppe

Fällt es Ihnen oft schwer, Nein zu sagen, ohne Scham oder Angst, den anderen zu verletzen? Sind Sie es gewohnt, bestimmten Menschen um Sie herum blind zu vertrauen? Sind Sie generell nicht in der Lage, Ihre Interessen in Konfliktsituationen zu vertreten? Wäre es Ihnen fremd, auf Ihre Wünsche und Bedürfnisse (und nicht nur die anderer) zu hören? Wenn ja, versuchen Sie mit uns, die Ursachen und Folgen emotionaler Abhängigkeit zu verstehen und nach Lösungen zu suchen, um sich vor anderen besser durchzusetzen.

Diese Gruppe steht allen Männer offen, die sich von ihrem Wunsch befreien wollen, anderen immer zu gefallen, sei es im Paar, mit der Familie, mit Freunden oder bei der Arbeit.

Interesse?

Dann schreiben Sie mir bitte direkt eine E-Mail an: emotionenueberwinden@hotmail.com

und schauen gern einmal auf unsere Website: www.selbstliebe-berlin.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE

Selbstliebe entdecken: eine Frauengruppe für mehr Selbstachtung und Zufriedenheit im Alltag

Worum geht's? Sich selbst so anzunehmen wie man ist, ist eine Fähigkeit, die man lernen kann. Mit dieser Gruppe soll ein Raum geschaffen werden, in dem Frauen gemeinsam erkunden, was es braucht, um im Alltag liebevoller mit sich selbst umzugehen und so mehr Freude, Genuss und Energie in das Leben zu bringen.

Für wen ist die Gruppe? Die Gruppe richtet sich an Frauen von 18 bis 99+ Jahren. Jede Frau kann mit ihren individuellen Fähigkeiten und Weisheiten die Gruppe bereichern, sodass wir voneinander lernen und uns gegenseitig unterstützen können.

Was machen wir? Anhand von konkreten Gedanken- und Rollenspielen, Körperwahrnehmungs-Übungen, Meditationen u.v.m. wollen wir gemeinsam erfahrbar machen, wie es sich anfühlt, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln und liebevoll und wohlwollend mit sich umzugehen. Dazu zählt auch zu lernen, sich von den Ansprüchen und Meinungen anderer abzugrenzen.

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

Kontakt Tel 030 49 98 70 910, kis@hvd-bb.de

Wann Anmeldung erforderlich

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Autismus – Gruppe in Gründung in Pankow

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 Tel **030 49 98 70 910**, kis@hvd-bb.de
 Wann Anmeldung erforderlich

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Borderline- Gruppen für Betroffene und Angehörige in Gründung

Betroffenengruppe:

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.

Kontakt Tel **030 49 98 70 910**, kis@hvd-bb.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Selbsthilfegruppe „Ebbe & Flut“ für Bipolar Erfahrene

Für Bipolar Erfahrene trifft sich seit März 2020 eine Selbsthilfegruppe bei uns. Die Gruppe wurde initiiert über bipolaris (Manie & Depression Selbsthilfevereinigung Berlin-Brandenburg e.V.). Interessierte können Kontakt aufnehmen über: ebbeundflut@bipolaris-mail.de

Tel.: 030 – 631 09 85, Mail: eigeninitiative@ajb-berlin.de

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

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Offene Selbsthilfeangebote mit Moderation

Offener Treff für Angst und Depression

(Online im Juni & ab Juli auch Präsenz Treffen)

Fühlen Sie sich auch häufig bedrückt, antriebsarm oder niedergeschlagen? Sie können den normalen Alltag nicht mehr bewältigen? Kennen Sie das Gefühl von Sinnlosigkeit und Leere? Haben Sie spezifische oder unspezifische Ängste? Oder Sie haben schon die Diagnose Depressionen, Burnout, wiederkehrende depressive Episoden, Angst- und Panikstörung oder Phobien? Sie haben vor, Ihre guten Vorsätze sowie Methoden, Strukturen und Gelerntes in Ihren Alltag mitzunehmen, haben aber das Gefühl, es irgendwie nicht allein in die Tat umsetzen zu können? In unserem offenen Treffen können Sie sich informieren, ob eine Selbsthilfegruppe eine Möglichkeit für Sie ist, sich Unterstützung durch Gleichbetroffene zu holen. Die Treffen werden von Betroffenen aus schon lange bestehenden Gruppen begleitet, die Ihnen zuhören und gerne Ihre eigenen Erfahrungen an Sie weitergeben.

Termine: 1. und 3. Dienstag im Monat, 18:00 - 19:30 Uhr / 2. und 4. Dienstag im Monat, 10:00 - 11:30 Uhr

Vorherige Anmeldung: offenertreff-kispankow@web.de

Tel: **030 49 98 70 910**

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Depressionen U35 - Wir suchen weitere Teilnehmer zwischen 18 & 35 Jahren

Fühlst Du Dich mit der Depression manchmal mut- und hoffnungslos? Brauchst Du jemanden an Deiner Seite, der Dich versteht? Das ist möglich in einem wöchentlichen Treffen mit uns! In der Selbsthilfegruppe wollen wir darüber sprechen, wie wir mit der Diagnose Depression umgehen und gemeinsam nach Wegen suchen, um trotz der Erkrankung ein möglichst erfülltes Leben führen zu können. Bitte meldet Euch an! Das

Gründungstreffen wird am Dienstag, 30.Juni um 17:45 Uhr

in der Selbsthilfekontaktstelle Marzahn-Hellersdorf, Alt Marzahn 59A, 12685 Berlin sein.

Telefon 030/5425103

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Gruppengründung

Selbsthilfegruppe Zwänge U35 in Berlin - Mitte

Zwänge engen das Leben ein. Ob Waschzwang, Kontrollzwang oder andere Zwänge, der Effekt ist immer gleich: mein Leben wird eingeengt auf das, was der Zwang mir noch erlaubt. Steigen Stress und Empfindlichkeit gegenüber anderen Menschen, so steigt auch der Zwang.“

Ich bin 30 Jahre alt und leide als noch junger Mann schon seit langer Zeit unter Zwängen. Dabei dreht sich vieles im Kreis: Situationen stressen mich, die Psyche reagiert mit Zwängen, die Zwänge stressen mich wieder ...

Es fällt mir oft schwer, allein dagegen anzukämpfen. Einsamkeit macht das Ganze noch schwieriger. Darum wünsche ich mir eine Gruppe von Menschen, denen es ähnlich geht und die, wie ich, gerne über diese Situation reden möchten. Eine Gruppe mit Vertrauen und gutem Umgang miteinander.

Vielleicht haben wir auch Lust auf gemeinsame Aktivitäten oder sportliche Unternehmungen? Meine Erfahrung zeigt, dass dort, wo ich mich in einer Gruppe von Menschen wohl und gut aufgehoben fühle, das auch immer ein guter Start für Übungen gegen die Zwänge ist.

Darum suche ich für die Neugründung einer Gruppe: „junge Menschen mit Zwängen (18 – 35 Jahre)“ weitere Leute, die Lust haben mit mir gemeinsam den Alltag mit Zwängen anzupacken.

Bei Interesse bitte melden unter kontakt@stadtrand-berlin.de

oder per

Telefon: 030 394 63 64

Der Termin ist noch offen.

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE

Offenes Selbsthilfeangebote mit Moderation

Trauercafé Pankow

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.

Termin: 1. Mittwoch im Monat, 16:00 - 17:30 Uhr

Das Trauercafé wird begleitet von einer erfahrenen Trauerbegleiterin.

Vorherige Anmeldung: trauercafe-pankow@gmx.de

Tel: 030 49 98 70 910

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE

Gruppengründung

Angst vorm Präsentieren

Arbeitsberichte, Referate, Kurse halten - es gibt viele Situationen, in denen gehört das Sprechen vor Gruppen zum Alltag.

Genau dieses „im Mittelpunkt stehen“ ist für viele Menschen kaum auszuhalten. Beobachtet und vielleicht bewertet zu werden, bringt Angst mit. Manchmal so viel, dass Studium, Arbeit oder Selbstständigkeit aufgegeben werden.

Ich suche Menschen, denen diese Situationen des „sich präsentierens“ genauso schwerfallen, wie mir. In einer Gruppe möchte ich das Halten von Vorträgen üben.

Auch der Austausch von guten und schlechten Erfahrungen soll seinen Platz haben. Der Focus der Gruppe liegt aber auf dem gemeinsamen Üben.

Der Termin wird voraussichtlich donnerstags abends sein.

Mehr Informationen unter

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

telefonisch **030 – 394 63 64**

oder per Mail kontakt@stadtrand-berlin.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Angehörigengruppe

Fühlst du dich manchmal als Angehörige_r 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 danebenstehen, sondern verstehen, was in einem betroffenen Menschen vor sich geht? Dann sei herzlich Willkommen in unserer Gruppe.

Betroffenen- und Angehörigengruppe:

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.

Wann Dienstag 20 Uhr, **Anmeldung erforderlich!**

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

Kontakt 030 49 98 70 910, kis@hvd-bb.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Angehörigen-Stammtisch von MS Betroffenen

2. Freitag im Monat | 18.00 – 20.00Uhr | Start: 11.09.2020

Uns ist es wichtig Angehörigen eine Möglichkeit zu geben, sich eine Auszeit zu nehmen. Sowie in einen konstruktiven, lustigen, vor allem aber empathischen Austausch mit Gleichgesinnten zu gehen. Eigene Erfahrungen im Umgang mit dem MS Betroffenen, Sorgen und Ängste, sowie aber auch die schönen Dinge miteinander zu teilen.

Unsere Definition von Angehörigen entspricht nicht ausschließlich die direkte Verwandtschaft, sondern integriert Freunde, Bekannte, Arbeitskollegen uvm. im Alter ab 18 Jahre.

Der Stammtisch findet jeden 2. Freitag, in der Zeit von 18 -20Uhr statt.

Es werden wechselnde Lokale im Raum Berlin sein. Wir sind bestrebt 2-3 Stammlokale zu finden, damit unser Treffen für jeden Teilnehmer gut erreichbar ist. Wenn der Tag und/oder die Uhrzeit keine Resonanzen finden, sind wir selbstverständlich bereit an einer Lösung zu arbeiten

Dabei ist es uns wichtig, die vorhandenen Teilnehmer einzubeziehen und ihre Bedürfnisse bestmöglich zu berücksichtigen.

1x im Quartal bieten wir 1 Angebot an, wie z.B. Austausch mit der Geschäftsführerin der DMSG Berlin, Austausch mit Sozialarbeitern oder mit dem Vorstand der DMSG Berlin, einem Neurologen uvm..

Anmeldung bitte per Mail: angehoerigenstammtisch@gmx.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Gruppengründung

Selbsthilfegruppe Angehörige von Krebspatient*innen - Neugründung

Sind Angehörige oder Bekannte von Ihnen an Krebs erkrankt? Sie möchten Ihre Angehörige*n unterstützen? Möchten Sie sich mit anderen Angehörigen austauschen, in einem vertraulichen Gespräch, wo Sie offen über Ihre Emotionen und Gefühle sprechen können? Sie möchten einer eventuellen Hilflosigkeit miteinander begegnen? Einen Weg finden, um mit dieser Situation umgehen zu können und dabei nicht das eigene Leben aus dem Blick zu verlieren? Dann melden Sie sich telefonisch unter 030 – 962 10 33 oder per E-Mail info@selbsthilfe-lichtenberg.de für ein erstes Gruppentreffen!

Kontakt:

HORIZONT Selbsthilfe Kontaktstelle Hohenschönhausen Ahrenshooper Str. 5 13051 Berlin

Tel. 030 – 962 10 33 www.selbsthilfe-lichtenberg.de info@selbsthilfe-lichtenberg.de

<https://www.facebook.com/SelbsthilfekontaktstelleHorizont/>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Krebs – Mit Farben auf neuen Wegen

Die Damen der Selbsthilfegruppe “Mit Farben auf neuen Wegen” haben über das großflächige Malen eine andere Art des Umgangs mit ihrer Krebserkrankung gefunden und freuen sich über weitere Interessierte

Frauen, die dieses Thema kreativ bearbeiten möchten. Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf.

Tel.: 030 – 631 09 85, Mail: eigeninitiative@ajb-berlin.de

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

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE

Krebs-Selbsthilfegruppe in der Charité

Nächstes Treffen der Krebs-Selbsthilfegruppe ist am 29.04.2020 in Berlin

Charité Comprehensive Cancer Center (CCCC) | Universitätstumorzentrum. Bitte anmelden:

Mail CCCC-SHG@charite.de

Tel 030 450 564 960

Postanschrift: Charitéplatz 1 | 10117 Berlin

Hausanschrift: Virchowweg 23 (barrierefreier Zugang) / Invalidenstr. 80 | 10115 Berlin

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE

Essentieller Tremor für Anfänger & Fortgeschrittene

Es passiert beim Kaffeetrinken, in der U-Bahn oder wenn Sie an einer Kasse stehen: Der Körper zittert. Betroffene sorgen sich, dass die Hände unkontrolliert zittern, aber auch Kopf, Beine oder Stimmbänder können vom „Essentiellen Tremor“ betroffen sein.

Oft leiden Betroffene bereits seit vielen Jahren unter Scham- und Minderwertigkeitsgefühlen. Die Symptome betreffen jedoch nicht nur Ältere, sondern genauso oft auch junge Menschen.

In unserer Gruppe sprechen wir über die Schwierigkeiten, und Strategien zur Bewältigung im Alltag. Der medizinische Erfahrungsaustausch ist uns dabei genauso wichtig, wie die persönlichen Erlebnisse und Erfolgsgeschichten im Umgang mit dem Zittern, der Dystonie bzw. dem Essentiellen Tremor.

Unsere Gruppe ist offen für neue Mitglieder. Meldet euch

einfach bei SEKIS über die Mailadresse selbsthilfe@sekis-berlin.de!

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SELBSTHILFE

Selbsthilfegruppe Eltern hochsensibler Kinder

Diese Gruppe richtet sich speziell an Eltern hochsensibler Kinder von 1-10 Jahren. Sie stehen im Alltag vor besonderen Herausforderungen, die sie oft bis an die Grenze der persönlichen Belastbarkeit führen, besonders, wenn sie diesen Wesenszug selbst nicht in sich tragen. Der Erfahrungsaustausch soll helfen, unterscheiden zu lernen, wann es gilt den besonderen Bedürfnissen des Kindes nachzugeben oder sich durchzusetzen um den Alltag zu erleichtern, sicherer zu werden und die Gabe schätzen zu lernen.

Betroffene Kinder sind ständig reizüberflutet, wobei die individuelle Reizwahrnehmung variiert. Hat ihr Kind als Baby scheinbar grundlos viel geschrien, besonders abends? Hat ihr Kind einen besonders ausgeprägten Gerechtigkeitsinn, hält es sich oft die Ohren zu, schaltet es mitten am Tag einfach ab und starrt in die Leere, erträgt es bestimmte Stoffe nicht auf der Haut, schläft es sehr viel, hat es eine besonders blühende Fantasie, kann es sich nicht auf eine bestimmte Geräuschquelle im Raum konzentrieren, ist es introvertiert, mag es keine Überraschungen oder Umgebungsveränderungen, nimmt es kaum Kontakt zu anderen Kindern auf, ist es überdurchschnittlich anhänglich oder dreht abends regelmäßig extrem auf? All diese Beispiele sind für sich genommen altersgemäße Facetten, die in der Summe jedoch auf eine Hochsensibilität hindeuten können. Der Austausch kann dabei helfen, die Hochsensibilität zu erkennen, wenn die Kinder noch sehr klein sind oder die Eltern zunächst den Verdacht haben, ihr Kind könnte hochsensibel sein. Eltern stoßen auf Verständnis für die schwierige Situation und können daran arbeiten, sich selbst nicht zu vergessen und Kraft zu schöpfen, denn der persönliche Ausgleich kommt oft zu kurz.

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

Kontakt Tel 030 49 98 70 910, kis@hvd-bb.de

Anmeldung erforderlich

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PROJEKTE

Messe für Projekt zu afrikanischen Themen

Anmeldung zur BAOBAB-Messe im Rahmen des 11. Interkulturellen Fußballturniers am **05. September 2020**

Sie sind in einem Projekt mit Bezug zu Afrika aktiv, entweder in Deutschland oder einem afrikanischen Land. Sie engagieren sich bei der Bekämpfung von Fluchtursachen, für entwicklungspolitische Bildung, für Integration oder in der Antidiskriminierungs- und Anti-Rassismus-Arbeit und wollen Ihre Arbeit vor großem Publikum vorstellen. Dann ist die Baobab-Messe genau das Richtige für Sie!
Die Messe findet während des Fußballturniers am

05. September 2020

Sportanlage Behmstrasse – Behmstr. 27-31, 13357 Berlin-Gesundbrunnen

statt.

Während der Messe erhalten Sie einen Stand (je nach Bedarf geteilt mit einem anderen Akteur), mit dem Sie den Besucher_innen Ihre Organisation oder Ihr Projekt präsentieren können. Für nicht-parteiliche und nichtkommerzielle Organisationen ist der Infostand kostenlos. Für politische Parteien: 25€
Drei herausragende Projekte werden bei den Preisverleihungen im Anschluss an das Fußballturnier ausgezeichnet und erhalten als Preis den Baobab-Baum 2020. Preise werden in folgenden drei Kategorien vergeben:

- Fluchtursachenbekämpfung
- Engagement in entwicklungspolitischer Bildung
- Antidiskriminierungsarbeit/Förderung von Vielfalt

Das folgende Formular dient der Jury als Grundlage der Bewertung. Bitte senden Sie das ausgefüllte Formular an: interkulturelles.fussball@narud.org

Wir freuen uns auf Ihr Projekt!

Das NARUD e.V. Team

Kontakt für Rückfragen: NARUD e.V.

Telefon +49 (0) 30 - 40757551 – Montag-Freitag 10-17 Uhr

E-Mail: interkulturelles.fussball@narud.org

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PROJEKTE

Wir suchen Spieler*innen mit chronischen Erkrankungen jeglicher Art

Für die Theaterproduktion „We should be heroes“ *(Arbeitstitel) suchen wir, das Ensemble „**die sTrotzenden**“, neue Schauspieler*innen und Musiker*innen. Wir sind Spieler*innen mit chronischen Erkrankungen jeglicher Art und jeden Alters oder Menschen, die indirekt (also durch Freund*innen oder Partner*innen) von einer chronischen Erkrankung betroffen sind.

Wir treffen uns jeden Donnerstag von 17:00 - 20:00 Uhr (Ferien ausgenommen),

um bis zum Ende des Jahres das selbstentwickelte Theaterstück zur Premiere zu bringen. Aktuell proben wir draußen nahe dem Alexanderplatz, sobald es wieder möglich ist im Theaterhaus Mitte. Bisher haben wir die Projekte „In der Nähe des Feuers“ und "Salus Magnus" auf die Bühne gebracht. Das Projekt wird von Paradise Garden betreut.

Bei Interesse kontaktiert einfach unseren Regisseur Jens Vilela Neumann unter

paradisegardenproductions@gmail.com.

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PROJEKTE

Familienzeit für Krebsfamilien

Die Krebsstiftung Berlin verteilt ab sofort Erlebnispakete an Familien mit Krebs Berlin, 23. Juni 2020 - Familien haben es in Zeiten von Corona schwer. Besonders hart trifft es Familien, in denen ein Elternteil an Krebs erkrankt ist. Ihre ohnehin schon schwierige Situation wird durch die Corona-bedingte Verunsicherung und Isolation verschärft, viele spüren auch die finanziellen Auswirkungen der Krise.

Um diesen Familien zu helfen, hat die Krebsstiftung Berlin zum Ferienstart das Projekt „Familienzeit“ neu aufgesetzt. Ab sofort verteilt die Krebsstiftung unbürokratisch und kostenlos Erlebnispakete an Familien mit Krebs. Die betroffenen Familien können zwischen den Aktivitäten Hausboot, Erlebnishof und Tierpark/Zoo wählen. Jedes der drei Pakete beinhaltet den Eintritt oder das Entgelt für die Aktivität im Freien sowie ein gemeinsames Essen und Taschengeld. Voraussetzungen für den Bezug sind, dass ein Elternteil aktuell an Krebs erkrankt ist und in Berlin lebt. Familien, in denen ein Elternteil kürzlich verstorben ist, werden ebenfalls gefördert.

Krebsstiftung Berlin - Stiftung der Berliner Krebsgesellschaft - Projekt Familienzeit

PROJEKTE

Zusammen schaffen wir das! -

Nachbarschaftshilfe von der L- Community für die L-Communities

Liebe Frauen*,

unsere Aktion „Zusammen schaffen wir das“ möchte in Form einer Nachbarschaftshilfe all denjenigen Unterstützung anbieten, die alleine leben, zur Risikogruppe gehören aufgrund von Lebensalter, physischer oder psychischer Behinderung, chronischer Erkrankung oder anderen Einschränkungen.

Egal ob es um ein telefonisches Gespräch oder den Einkauf geht, Medikamente zu besorgen sind oder zum Beispiel jemand mit dem Hund spazieren geht. Die Nachbarschaftshilfe möchte Hilfesuchende und Helfende der L-Communities zusammenbringen.

Die Unterstützung ist kostenlos und ehrenamtlich organisiert.

Sowohl Hilfesuchende als auch ehrenamtliche Helferinnen* können sich über unsere Webseite unter <https://rut-berlin.de/nachbarschaftshilfe/> oder telefonisch unter 6 21 47 53 bei uns melden.

» [Inhaltsverzeichnis](#)

BERATUNG DER SELBSTHILFE FÜR DIE SELBSTHILFE

Die Sozialberatung bei SEKIS findet ab Juni wieder in der Kontaktstelle statt

Anmeldung erforderlich

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle SEKIS in Charlottenburg bietet 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: SEKIS Selbsthilfe-Kontaktstelle Berlin, Bismarckstr. 101, 10625 Berlin

Wie: Tel 0151 583 526 88 oder Mail: sozialberatung@sekis-berlin.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

BERATUNG DER SELBSTHILFE FÜR DIE SELBSTHILFE

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

Ansprechpartnerin ist Jana Vogel

Bitte vorab Kontakt aufnehmen via Email an j.vogel@hvd-bb.de oder Telefon 49 98 70 910

Weitere Informationen erhalten Sie bei uns unter kis@hvd-bb.de oder telefonisch

unter Tel 030 - 49 98 70 910 oder auf www.kis-pankow.de

Ansprechpartnerin ist Jana Vogel

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Soziale Beratung für Rheumakranke auch telefonisch

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V. - Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfezentrum

Mariendorfer Damm 161a - 12107 Berlin

Wir geben Beratung zu allen Themen, die sich bei rheumatischen Erkrankungen ergeben, unter anderem ambulante und stationäre Versorgung, Teilhabe am Arbeitsleben, medizinische Rehabilitation, Schwerbehinderung, Erwerbsminderung, Pflegeleistungen, finanzielle Hilfen und Selbsthilfemöglichkeiten. In einem persönlichen oder telefonischen Gespräch nehmen Sozialarbeiter*innen sich Zeit, Ihre Situation individuell und ganzheitlich zu betrachten und entwickeln mit Ihnen gemeinsam Lösungsmöglichkeiten zu Problemen Ihrer aktuellen Lebenssituation.

Telefon: 030 – 32 290 29 50

Fax: 030 – 32 290 29 39

E-Mail: beratung@rheuma-liga-berlin.de

Hier können Sie sich online anmelden: <https://rheuma-liga-berlin.de/wir-ueber-uns/kontakt>

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Teilhabeberatung

Liebe NetzwerkpartnerInnen und liebe Ratsuchende, die letzten Wochen haben gezeigt, dass derzeit viele Anträge sogar unbürokratischer und schneller bearbeitet werden als im Regelbetrieb. Wir unterstützen Sie weiterhin gerne bei der Beantragung von Teilhabeleistungen und bei der Klärung Ihrer Fragen. Um Ihre und unsere Gesundheit zu schützen, finden Beratungen aktuell per Telefon und E-Mail statt. Wir sind von montags bis einschließlich samstags für Sie da. Zur Terminvereinbarung können Sie uns unter Tel **030 - 555 726 44** erreichen. Bitte haben Sie Verständnis, das manchmal nur der Anrufbeantworter ran geht. Wenn Sie uns eine Nachricht hinterlassen, rufen wir Sie gerne schnellstmöglich zurück.

Oder Sie schreiben uns E-Mail an: rat@gut-beraten.berlin

Über aktuelle Änderungen informieren wir Sie auf unserer Webseite: www.gut-beraten.berlin

Vielen Dank und bleiben Sie gesund!

Herzliche Grüße Ihr EUTB-Team der exPEERienced Teilhabeberatung

» [Inhaltsverzeichnis](#)

SHIA Selbsthilfe-Initiativ Alleinerziehender

Aufgrund der aktuellen Situation finden alle Beratungen derzeit nur telefonisch statt. Anfragen und Terminvereinbarungen sind möglich per Mail kontakt@shia-berlin.de oder unter

Tel. (030) 425 11 86

Montag, Dienstag, Donnerstag 10 bis 15 Uhr, Mittwoch 12 bis 17 Uhr, Freitag 10 bis 13 Uhr.

- Sozialberatung
- Beratung zur ergänzenden Kinderbetreuung
- Psychosoziale Beratung
- Erziehungsberatung
- Mediation
- Rechtsberatung zum Familienrecht
- Rechtsberatung zum Sozial-, Zivil- und Arbeitsrecht
- Beratung für Single-Schwangere „Den Anfang allein meistern“
- Beratung zur Aufbereitung von Bewerbungsunterlagen

Unser gesamtes Programm auf einen Blick unter: www.shia-berlin.de

Im neuen Newsletter geben wir Tipps:

- zum digitalen Kinderzuschlag und zum Notfall-Kinderzuschlag,
- zur Petition vom Bundesverband des VAMV „Lösungen für Kinderbetreuung in der Corona-Krise“,
- zu Verdienstausfallentschädigungen im Rahmen des Sozialschutz-Paktes und
- zu Kinderbetreuungsalternativen in Corona-Zeiten und zum Nachbarschaftsportal nebenan.de.

Viele Grüße Im Namen des SHIA-Teams Dr. Martina Krause

RUT - Wir beraten Euch gern

Trotz und gerade wegen der Coronakrise möchten wir weiterhin für euch da sein. Deswegen bieten wir euch bis auf weiteres an:

- E-Mail Beratung
- Telefonberatungen
- Video Chat-Beratung

Persönliche Beratungstermine können jetzt wieder in besonderen Situationen vergeben werden.

Wenn ihr eine telefonische Beratung oder eine Video Chat-Beratung möchtet, gebt bitte neben eurem Anliegen auch euren Namen, Telefonnummer und Zeiten an in denen wir euch erreichen können und gegebenenfalls, bei wem ihr eine Beratung möchtet.

Alle Termine könnt ihr unter der E-Mail-Adresse post@rut-berlin.de vereinbaren.

Wir freuen uns, wenn ihr unser Beratungsangebot mit einer Spende aktiv unterstützt. Damit wir weiterhin für Lesben und Frauen, auch in schwierigen Lebenssituationen, hilfreich da sein können.

RuT – Rad und Tat – Offene Initiative Lesbischer Frauen e.V.

Schillerpromenade 1 - 12049 Berlin

Telefon: 030 – 621 47 53

BARRIEREFREIHEIT

Infos über Selbsthilfe in Gebärdensprache

Informationen zu "Was ist Selbsthilfe, wie funktioniert sie und wie arbeiten und vernetzen sich Selbsthilfegruppen" gibt es jetzt in Gebärdensprache in drei Videos, die auf der Webseite von SEKIS (ganz oben der Reiter Gebärdensprache) und auf dem YouTube Kanal von SEKIS zu finden sind: Youtube:

<https://www.youtube.com/channel/UCgCCxfZ7rFIXEVW6HTwHpGQ/>

Infos zu Corona in verschiedenen Sprachen

Das Ethno-Medizinische Zentrum e.V. (EMZ) stellt ab sofort Faltblätter und E-Paper mit Informationen zum Coronavirus SARS-CoV-2 online. Aktuell können diese in 15 verschiedenen Sprachen im Internet gelesen werden. Zusätzlich stehen PDF-Dateien zum Download bereit. Das Angebot ist auch auf Mobilgeräte angepasst und kann abgerufen werden auf dieser Seite:

<https://www.sekis-berlin.de/aktuelles/selbsthilfe-in-corona-zeiten/infos-in-verschiedenen-sprachen-leichter-sprache-gebaerdensprache/>

PATIENTENINTERESSEN

Patientenmonitor der UPD 2019 - Kassen tricksen bei Widersprüchen

Was wollen Patienten wissen, die sich an die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) wenden? Der Patientenmonitor 2019 schlüsselt das genau auf. Wenig überraschend: der große Informationsbedarf rund um Corona. Aber darüber hinaus gewinnen Fragen des Leistungsrechts der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) eine zunehmende Rolle.

Für den diesjährigen Monitor, den die UPD im gesetzlichen Auftrag erstellt, wurden alle 130.000 im Jahr 2019 geführten Beratungen ausgewertet. Es sollen dadurch Problemlagen aus Sicht der Patienten aufgezeigt werden. Wie in den Vorjahren entfallen 2019 rund zwei Drittel aller Anfragen von Ratsuchenden auf rechtliche Beratungsthemen. Auf Platz eins rangieren Fragen zu GKV-Leistungsansprüchen gegenüber Kostenträgern, zumeist Krankenkassen. UPD-Geschäftsführer, Thorben Krumwiede, macht dafür eine vielfach unzureichende Kommunikation von Krankenkassen mit den Versicherten verantwortlich.

„Gegenüber dem Vorjahr haben die Beratungen zu Widersprüchen sogar noch zugenommen. Das ist ein besonderer Missstand.“ Problematisch sei dabei insbesondere, dass es noch immer Kassen gibt, die entgegen klarer Anweisung des Bundesamtes für Soziale Sicherung weiterhin unzulässige Zwischennachrichten im Widerspruchsverfahren versenden. Versicherte könnten regelmäßig nicht erkennen, ob es sich dabei um eine Entscheidung handele und fühlten sich nicht selten dazu gedrängt, ihren Widerspruch zurückzunehmen. Vielfach klagten Ratsuchende zudem darüber, dass Krankenkassen sie

nicht darüber informierten, ob und wie sie gegen einen Bescheid vorgehen können, skizziert die UPD. Krumwiede: „Die gesetzlich klar geregelte Verpflichtung der Krankenkassen, Versicherte mittels Rechtsbehelfsbelehrung über ihre Widerspruchs- und Klagemöglichkeiten aufzuklären, wird so unterlaufen. Das zeigen wir im Monitor in diesem Jahr auch anhand praktischer Beispiele von Krankenkassenschreiben.“ Hier geht’s zum Patientenmonitor 2019:

https://www.patientenberatung.de/dokumente/UPD_Patientenmonitor%202019.pdf

Quelle: Newsletter Gerechte Gesundheit - 11. 6. 2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PATIENTENINTERESSEN

Berliner Krankenhausverzeichnis überarbeitet

"Das neue Berliner Krankenhaus Verzeichnis hilft Patienten, Angehörigen und Ärzten, das passende Krankenhaus zu finden – einfach, aktuell und auf Qualitätsdaten basierend. Für Patienten, Angehörige und Ärzte gibt es jetzt die neu aufgesetzte, interaktive, offizielle Website der Berliner Krankenhäuser, die bei der Suche nach einer geeigneten Klinik unterstützt:

www.berliner-krankenhausverzeichnis.de.

Die Website verfügt über intelligente und interaktive Suchfunktionen, die schnell zu den gewünschten Informationen über ein Krankenhaus führen. Alle wichtigen Daten werden auf einen Blick leicht verständlich dargestellt, Details wie Qualitätsergebnisse der medizinischen Versorgung der Berliner Krankenhäuser sind mit wenigen Klicks zu finden. Die Plattform kann tagesaktuell angepasst werden, ist werbefrei, neutral und unterscheidet sich dadurch maßgeblich von den meist kommerziellen Krankenhaus-Suchportalen.

Vielfältige und schnelle Suchfunktionen

Kernstück der neuen Website sind die vielfältigen und schnellen Suchfunktionen. Nutzer können dabei nach verschiedensten Kriterien suchen: von der Ortsangabe oder Postleitzahl über Erkrankungen, medizinische Geräte, Kriterien der Barrierefreiheit bis hin zu Zimmerausstattung und Angeboten für Kinder. Eine interaktive Grafik ermöglicht eine optische Suche nach Organen bzw. Körperregionen. Auch Menschen mit Sehbeeinträchtigungen können das Verzeichnis nutzen; die barrierefreie Suche ist mit einem Screenreader zu bedienen. Das Berliner Krankenhaus Verzeichnis inklusive der Suche nach Krankheiten und Behandlungen ist außerdem deutsch- und englischsprachig.

Verständliche Darstellung der medizinischen Qualität

Eine weitere Besonderheit ist die Darstellung von Qualitätsergebnissen der medizinischen Versorgung bei häufigen Behandlungen wie Einsatz eines künstlichen Hüft- oder Kniegelenkes, Herzoperationen oder Geburtshilfe. Nutzer können anhand von leicht verständlichen Diagrammen ablesen, wie ein Krankenhaus im Vergleich zum Bundesdurchschnitt abschneidet. Grundlage dafür bilden Daten aus der sogenannten datengestützten einrichtungsübergreifenden Qualitätssicherung – einem gesetzlich kontrollierten Verfahren, das alle Krankenhäuser anwenden müssen."

Quelle: Pressemitteilung der BKG Berliner Krankenhausgesellschaft vom 10. Juni 2020.

Bitte um Mitarbeit an die Selbsthilfe

In die Suchfunktion des Krankenhausverzeichnisses ist auch der umfangreiche Katalog von **Kriterien zur Barrierefreiheit** aufgenommen worden, der in den Qualitätsberichten abgebildet wird.

Damit ist eine zentrale Forderung der Selbsthilfe- und Betroffenenverbände aufgenommen worden.

<https://www.berliner-krankenhausverzeichnis.de/app/suche/barrierefrei>

Wichtig wäre nun für die Patient:innen und Menschen mit Behinderung, **dass diese Funktion auch getestet wird und Rückmeldungen für die Weiterentwicklung solcher Funktionen gesammelt werden.**

Solche Rückmeldungen können z.B. an die **Arbeitsgruppe "Barrierefreiheit im Gesundheitswesen Berlin"** bei der Patientenbeauftragten für Berlin weitergegeben werden:

patientenbeauftragte@senGPG.berlin.de

Kontakt: Karin Stötzner und Gerlinde Bendzuck LV Selbsthilfe

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Genehmigungsfiktion: Jetzt müssen Patienten schnell sein

Das Bundessozialgericht (BSG) hat seine Rechtsprechung zur sogenannten Genehmigungsfiktion geändert – **zum Vorteil der Krankenkassen und zum Nachteil der Versicherten.**

Die in § 13 SGB V verankerte Genehmigungsfiktion soll dafür sorgen, dass Krankenkassen sich bei der Bearbeitung von Leistungsanträgen, die Versicherte gestellt haben, nicht zu viel Zeit lassen. Sie müssen innerhalb von drei, spätestens von fünf Wochen über Leistungsanträge entscheiden, die Versicherte gestellt haben. Wird die Frist überschritten, gilt die Leistung als genehmigt.

So war es bis jetzt. Nun betont das BSG, dass **die fingierte Genehmigung keinen eigenständigen Sachleistungsanspruch begründet.** Sie vermittele dem Versicherten „nur eine vorläufige Rechtsposition, die es ihm erlaubt, sich die Leistung selbst zu beschaffen und es der Krankenkasse nach erfolgter Selbstbeschaffung verbietet, eine beantragte Kostenerstattung abzulehnen“. Konkret bedeutet das: **Die Krankenkasse darf trotz Ablauf der Frist weiter über den Antrag entscheiden. Lehnt sie ihn ab, hat der Patient keinen Anspruch auf die Leistung. Die Kasse muss diese also nur bezahlen, wenn es dem Versicherten schon vorher gelungen ist, das gewünschte Medikament oder die gewünschte Behandlung zu bekommen.**

Der Kläger in dem verhandelten Fall leidet unter einer sogenannten Kleinhirnatrophie und damit bedingt unter Gangstörungen. Zunächst auf private Kosten versuchte sein Arzt die Behandlung mit einem Medikament, das nur für Gangstörungen bei Multipler Sklerose zugelassen ist. Als sich Erfolge zeigten, beantragte der Mann den Off-Label-Use dieses Arzneimittels bei seiner Kasse. Diese lehnte nach Ablauf der Genehmigungsfiktion ab. Das Landessozialgericht Mainz soll nun prüfen, ob auf anderer rechtlicher Grundlage eine Behandlung mit dem Medikament möglich ist.

Der Sozialverband vdk, der nach eigenen Angaben die Interessen des Klägers vertritt, hält das BSG-Urteil für „versichertenfeindlich“. Seine Präsidentin Verena Bentele kündigt an: „Wir werden Verfassungsbeschwerden erheben.“ Den Kassen werde ein „Blankoscheck für langsames Arbeiten“ ausgestellt.

Quelle: Newsletter Gerechte Gesundheit Juni 2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Digitalisierung: Neue Zugriffsrechte für Psychotherapeuten und den ÖGD

Anfang Juli will der Deutsche Bundestag das Patientendatenschutzgesetz (PDSG) abschließend beraten. Darin werden unter anderem weitere Details zur Einführung der elektronischen Patientenakte (ePa), dem Datenschutz sowie Datenlieferungen geregelt. Das Gesetz ist das zweite Digitalisierungsgesetz von Bundesgesundheitsminister Jens Spahn (CDU) und weist den deutlichen Weg für die Digitalisierung im Gesundheitswesen in den kommenden Jahren.

Neu hinzugekommen sind erweiterte Zugriffsrechte für Psychotherapeutinnen und –therapeuten auf die Anwendungen in der Telematikinfrastruktur (TI): So sollen laut der Änderungsanträge, die dem Deutschen Ärzteblatt vorliegen, bei vielen der künftigen Anwendungen auch Psychotherapeuten Zugriff erhalten, sofern der Patient oder die Patientin zustimmt.

Zugriffsrechte nur mit Zugangsdaten

Dazu zählen vor allem elektronische Verordnungen sowie Behandlungsverläufe, in denen auch Psychotherapeuten involviert sind. Allerdings wird in der Begründung der Änderung klargestellt, dass der Zugriff auf eine elektronische Verordnung in der TI nur durch den Arzt oder Psychotherapeuten möglich ist, „der die elektronische Verordnung initial erstellt und dem Versicherten über die Telematikinfrastruktur übermittelt hat.“ Sprich: In die künftige elektronische Patientenakte. Für Apotheker sowie „sonstige Erbringer ärztlich verordneter Leistungen“ gelten die Zugriffsrechte „auf die elektronischen Verordnungen“ nur dann, wenn „ihnen die Zugangsdaten vorliegen.“

Sofern Patienten ihre Patientenverfügung oder Vorsorgevollmachten künftig in ihrer elektronischen Patientenakte speichern, sollen neben Ärzten auch Psychotherapeuten hierauf Zugriff erhalten könnten, heißt es in einem weiteren Antrag.

Auch sollen die Physiotherapeuten die Möglichkeit erhalten, auf entsprechende Daten der elektronischen Verordnung zuzugreifen. Diese Regelung geht den Grünen nicht weit genug: In einem Antrag fordert die Oppositionspartei, dass auch weitere Berufsgruppen der Heilmittelerbringer an die TI angeschlossen werden sollten. Dazu gehören auch Ergotherapeutinnen und –therapeuten, Logopäden, Podologen sowie Diätassistenten.

„Insbesondere im Alltag von alten und chronisch kranken Menschen spielen die Heilmittelerbringerinnen und -erbringer eine wichtige Rolle, die wir würdigen sollten“, sagte Maria Klein-Schmeink, gesundheitspolitische Sprecherin der Grünen, dem Deutschen Ärzteblatt. „Sie brauchen deshalb gleichermaßen Zugriff auf die elektronische Patientenakte und die Verordnungen. Es ist deshalb völlig unverständlich, warum sich ausschließlich Physiotherapeuten an die TI anschließen lassen können.“ Hier sei das Bundesgesundheitsministerium derzeit „blind gegenüber den Heilmittelerbringerinnen und -erbringern.“

[Patientendaten-Schutz-Gesetz: E-Rezept und E-Akte im Fokus](#)

[Patientendaten-Schutz-Gesetz: Verbände fordern Nachbesserungen](#)

[Elektronische Patientenakte sollte Patientenpass enthalten](#)

[ePA: Betriebsärzte wollen Gleichberechtigung](#)

[Forschungszwecke: Industrie will Zugang zu Gesundheitsdaten](#)

Quelle: [aerzteblatt.de](#) Freitag, 26. Juni 2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PATIENTENINTERESSEN

Videosprechstunden weiterhin unbegrenzt möglich

Ärzte und Psychotherapeuten können auch im dritten Quartal unbegrenzt Videosprechstunden anbieten. Darauf haben sich Kassenärztliche Bundesverband ([KBV](#)) und [GKV-Spitzenverband](#) geeinigt.

Psychotherapeuten dürfen zudem neben Einzeltherapiesitzungen in Einzelfällen auch Psychotherapeutische Sprechstunden und probatorische Sitzungen (auch neuropsychologische Therapie) per Video vornehmen. Das gleiche gilt für die Substitutionsbehandlung: Ärzte können weiterhin bis zu achtmal im Quartal mit opiatabhängigen Patienten eine Videosprechstunde durchführen.

Ebenfalls um ein Quartal verlängert wird die Sonderregelung, nach der genehmigte Leistungen einer Gruppenpsychotherapie in Einzelpsychotherapie umgewandelt werden können, ohne dass hierfür eine gesonderte Antragstellung bei der Krankenkasse oder Begutachtung erfolgen muss.

Nicht verlängert wird hingegen die Sonderregelung zur Telefonkonsultation. Auch die Erstattung der Portokosten für Folgeverordnungen und Überweisungen entfällt ab Juli. Grund dafür sind die sinkenden Infektionszahlen in Deutschland und die damit einhergehenden Lockerungsmaßnahmen.

„Wir wollen, dass die Patienten in die Praxen kommen und dringende Behandlungen, Kontrollen, Impfungen oder Früherkennungsuntersuchungen nicht länger aufschieben“, sagte KBV-Vorstandschef. Andreas Gassen. Eine telefonische Beratung sei selbstverständlich weiterhin möglich – nur nicht mehr in dem Umfang wie in den vergangenen Wochen.

Quelle: [aerzteblatt.de](#) - Freitag, 19. Juni 2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PATIENTENINTERESSEN

Entwurf zur Intensivpflege entmündigt Patientinnen und Patienten weiterhin

Das Selbstbestimmungsrecht von Patienten wird mit dem Gesetzentwurf zur Intensivpflege weiterhin verletzt. Dieser Ansicht sind mehrere Interessenverbände, die bei der Beratung des Entwurfes im Gesundheitsausschuss als Sachverständige geladen waren. Sollte das Gesetz in seiner jetzigen Form verabschiedet werden, könne vielen Betroffenen, die bislang im eigenen Zuhause gepflegt werden, auch gegen ihren Willen ein Umzug in stationäre Einrichtungen drohen.

Auch die Oppositionsparteien werfen der Regierung die Missachtung von Patientenrechten vor. „Trotz einzelner Verbesserungen im Gegensatz zu früheren Referentenentwürfen, geht der derzeitige Gesetzesentwurf nicht konform mit der UN-Behindertenrechtskonvention“, kritisierte die pflegepolitische Sprecherin der FDP-Fraktion, Nicole Westig.

Das beklagte auch Corinna Rüffer, Sprecherin für Behindertenpolitik der Grünen-Fraktion. Die Betroffenen seien nicht beteiligt worden „und sie konnten in den vergangenen Wochen nicht einmal lautstark gegen die Gesetzespläne protestieren, weil Corona sie in die häusliche Isolation gezwungen hat.“

In der Formulierungshilfe für das Papier war ursprünglich vorgesehen, dass Intensivpatienten nur noch in absoluten Ausnahmen in den eigenen vier Wänden betreut werden sollen. Nach heftigen Protesten hatte das Bundesgesundheitsministerium nachgebessert. Der jetzige Entwurf überlässt Intensivpatienten die Entscheidung, ob sie im eigene Zuhause, in ambulanten Wohneinheiten oder stationär betreut werden wollen, zwar selbst.

Das Problem ist damit aber nach Ansicht der Kritiker nicht ausgeräumt. So heißt es in dem Entwurf, den Wünschen der Versicherten bei der Pflege in den eigenen vier Wänden sei zu entsprechen, wenn die medizinische und pflegerische Versorgung „tatsächlich“ und „dauerhaft“ sichergestellt werden kann.

Zu viel Macht für die Kassen

Krankenkassen sollen dies mindestens einmal jährlich durch den Medizinischen Dienst prüfen dürfen. Wird der Zutritt durch die Versicherten oder andere im Haushalt lebende Personen verweigert, kann in der Folge der Anspruch auf Leistung für die Pflege in der eigenen Wohnung entfallen.

Durch die unbestimmten Rechtsbegriffe „tatsächlich“ und „dauerhaft“ hätten die Krankenkassen eine sehr große Entscheidungsmacht, kritisierte Eugen Brysch, Vorstand der Deutschen Stiftung Patientenschutz. Der Gesetzgeber müsse genau definieren, was das bedeute. Auch dürften festgestellte Mängel nicht sofort zwangsläufig in eine Heimunterbringung führen. In seiner jetzigen Form schüre der Gesetzentwurf Ängste bei den 20.000 Schwerstkranken und ihren Angehörigen. Ein weiterer Kritikpunkt: Auch, wenn im eigenen Zuhause Betreute kein qualifiziertes Pflegepersonal finden, könnte ihnen künftig die Streichung der Leistungen drohen. Denn laut Entwurf müssen die Versicherten selbst sicherstellen, dass sie in den eigenen vier Wänden den Standards entsprechend versorgt werden.

„Das Gesetz darf die Beweislast, dass eine qualitätsgesicherte Pflege erbracht wird, nicht auf die Betroffenen verschieben“, erklärte Adolf Bauer Präsident des Sozialverbands Deutschland. Es müsse beim Sicherstellungsauftrag der Krankenkasse bleiben. „Es kann nicht sein, dass die Medizinischen Dienste, also letztendlich die Krankenkassen, entscheiden, wo Intensivpflegepatientinnen und -patienten versorgt werden. Niemand darf gegen seinen Willen in eine stationäre Einrichtung eingewiesen werden“, kritisierte auch Verena Bentele, diesjährige Sprecherratsvorsitzende des Deutschen Behindertenrats und DBR und Präsidentin des Sozialverbands VdK. Links zum Thema

[Zum Kabinettsentwurf](#)

[Intensivpflege: G-BA will Vorgaben für Baurecht machen können](#)

[Verbände an Bundestag: Rechte von Intensivpatienten wahren](#)

[Intensivpflege: Drängen auf bessere Rahmenbedingungen](#)

[Intensivpflege: Kabinett beschließt Gesetzentwurf](#)

Quelle: aerzteblatt.de - Donnerstag, 18. Juni 2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PATIENTENINTERESSEN

Behinderten-Beauftragter fordert bessere Vergütung medizinischer Zentren

Mehr Rücksichtnahme auf die Interessen von Menschen mit Schwerst- und Mehrfachbehinderungen hat insbesondere vor dem Hintergrund der Coronapandemie der [Behindertenbeauftragte der Bundesregierung](#), Jürgen Dusel, gefordert. Er mahnte vor allem eine bessere Ausstattung von Medizinischen Zentren für erwachsene Menschen mit Behinderungen (MZEB) und von Sozialpädiatrischen Zentren (SPZ) an.

„Es kann nicht sein, dass unser hervorragendes Gesundheitssystem, das so flexibel und zuverlässig auf die Coronakrise reagiert hat, jetzt einen ganzen Versorgungsbereich im Stich lässt, der sich seit vielen Jahren unter schwierigsten Bedingungen um eine der vulnerabelsten Gruppen unserer Gesellschaft kümmert“, kritisierte Dusel. Er verwies auf gesetzliche Vorgaben, wonach wegen der Pandemie Vergütungsverträge für die Zentren angepasst werden müssten. Diese Vorschriften müssten die Krankenkassen „jetzt schnell und unbürokratisch umsetzen“. MZEB sind Spezialeinrichtungen für Erwachsene mit geistigen Behinderungen oder schweren Mehrfachbehinderungen, die eine wichtige Ergänzung zur Regelversorgung darstellen. Sie sind auf Erwachsene eingestellt, die aufgrund der Art, Schwere oder Komplexität ihrer Behinderung durch zugelassene Vertragsärzte oder in Kliniken nicht ausreichend behandelt werden können. SPZ sind auf Kinder spezialisiert. Beide Arten von Zentren stehen laut Dusel vor dem Problem, dass in der Pandemiezeit aus Sicherheitsgründen oder wegen des Fehlens von Personal viele Behandlungstermine abgesagt werden mussten. Allerdings gebe es darüber hinaus auch generelle Probleme, etwa unnötig strenge Einschränkungen der Behandlungsoptionen sowie des Personenkreises, der behandelt werden darf, sowie den Zentren durch die Krankenkassen auferlegten Vergütungsvereinbarungen.

Links zum Thema

[Corona: Geistige Behinderung bedeutet kein erhöhtes Risiko](#)

[Menschen mit Behinderung: EU-Parlament verabschiedet Strategie](#)

[Intensivpflege: G-BA will Vorgaben für Baurecht machen können](#)

Quelle: Ärzteblatt - Montag, 22. Juni 2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Körperliche Aktivität steigert Lebensqualität von Langzeitüberlebenden nach Darmkrebs

Patienten, die nach der Diagnose von Darmkrebs körperlich aktiv bleiben, leiden weniger unter Erschöpfung und Antriebslosigkeit und fühlen sich körperlich und emotional besser.

Das berichten Wissenschaftler des Deutschen Krebsforschungszentrums ([DKFZ](#)) um Hermann Brenner und Volker Arndt in den Fachzeitschriften BMC Cancer ([DOI: 10.1186/s12885-020-06918-x](#)) und Cancer Prevention Research ([DOI: 10.1158/1940-6207.CAPR-19-0377](#)).

Laut den Wissenschaftlern wird Darmkrebs in den westlichen Industrieländern inzwischen häufig früh diagnostiziert und die Betroffenen haben eine lange Überlebenserwartung. „Allerdings ist der Krebs für die meisten Patienten eine chronische Erkrankung. Auch Jahre nach der Therapie kann diese sich auf die Gesundheit und Lebensqualität auswirken“, erläutert Arndt, Leiter der Abteilung Cancer Survivorship am DKFZ. Zwei aktuelle Arbeiten von Arndts Team in Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern des Nationalen Centrums für Tumorerkrankungen Heidelberg ([NCT](#)) und des Nationalen Konsortiums für Translationale Krebsforschung ([DKTK](#)) zeigen nun, dass körperliche Aktivität die Lebensqualität der Patienten langfristig verbessern kann. Dafür untersuchten die Forscher, wie sich die wöchentliche Bewegungsdauer von Darmkrebspatienten auf ihre Lebensqualität auswirkt. Die Teilnehmer machten Angaben zu ihrer körperlichen Aktivität vor ihrer Diagnose sowie 5 Jahre danach, außerdem zu ihrem körperlichen, kognitiven und emotionalen Wohlbefinden. Über 1.700 Patienten aus dem Rhein-Neckar-Kreis nahmen an der Studie teil.

Link zum Thema

[Studie Open Access in BMC Cancer 2020](#)

[Abstract der Studie in Cancer Prevention Research 2020](#)

[Abteilung Cancer Survivorship am DKFZ](#)

Quelle: Ärzteblatt: Montag, 29. Juni 2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Aktualisierte Gesundheitsinformationen der ÄZQ

Das Ärztliche Zentrum für Qualität in der Medizin ist ein wissenschaftliches Institut in gemeinsamer Trägerschaft von Bundesärztekammer und Kassenärztlicher Bundesvereinigung. Das ÄZQ wurde 1995 gegründet und hat seinen Sitz seit 2004 in Berlin.

Verlässliche Gesundheitsthemen im Internet

Im Internet findet man eine Fülle an Gesundheitsseiten. Das Wissen aus dem Internet kann helfen, sich auf einen Arztbesuch vorzubereiten und Fragen zu stellen. Doch nicht alles aus dem Netz ist ausgewogen und studienbasiert. Auch gibt es immer mehr Falschmeldungen. Dieses Informationsblatt zeigt auf, woran man gute Gesundheitsinformationen erkennen kann. Außerdem finden Patientinnen und Patienten eine Liste mit Webseiten, die unabhängig und aktuell informieren.

Gesundheitsinformation: "[Gute Informationen im Netz finden](#)"

» [Inhaltsverzeichnis](#)

ÄZQ Patienteninformation: Restless-Legs-Syndrom

Das "Syndrom der unruhigen Beine" (kurz: RLS) ist eine häufige Erkrankung. Oft findet sich keine Ursache dafür. Typische Anzeichen können Bewegungsdrang, Ziehen, Stechen oder Schmerzen in den Beinen sein. Betroffene können häufig nicht schlafen und wandern in der Nacht herum. Tagsüber sind sie dann oft übermüdet. Hier erfahren Betroffene, welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt und erhalten viele praktische Tipps.

Gesundheitsinformation: "[Restless-Legs-Syndrom](#)"

» [Inhaltsverzeichnis](#)

Angebote des ÄZQ in Leichter Sprache:

Neue Gesundheitsinformationen zu psychischen und chronischen Erkrankungen

Alle Menschen gut und verlässlich informieren – das ist das Ziel vom Ärztlichen Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ). Es hat daher neue Gesundheitsinformationen in Leichter Sprache veröffentlicht.

Warum ist Bewegung bei Rückenschmerzen wichtig? Was löst Asthma aus? Helfen Medikamente bei Depressionen? Diese und andere Fragen beantworten sechs Gesundheitsinformationen in Leichter Sprache. Sie geben einen wissenschaftlich fundierten Überblick über die Diagnostik und Behandlung von Asthma, Leber-Erkrankungen, Rückenschmerzen und psychischen Erkrankungen.

Die neuen Informationen sind so geschrieben, dass sie für viele Menschen gut verständlich sind. Sie richten sich an Menschen mit Behinderungen, eingeschränkter Lesekompetenz oder geringen Deutschkenntnissen. Auch Ältere oder Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen können von den Texten profitieren.

Zusammenarbeit von ÄZQ und Special Olympics Deutschland e. V.

Die Gesundheitsinformationen in Leichter Sprache haben das ÄZQ und Special Olympics Deutschland (SOD) e. V. gemeinsam verfasst und herausgegeben. Die evidenzbasierten und nach einer strengen Methodik entwickelten Informationen des ÄZQ bilden die Grundlage der Texte. Der SOD Bereich Gesundheit bringt seine Expertise beim Thema Sport und Gesundheit bei Menschen mit geistiger Behinderung ein. Er erstellt, gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit, in den Jahren 2019 – 2021 ein barrierefreies Internet-Portal mit Gesundheitsinformationen in Leichter Sprache: www.gesundheit-leicht-verstehen.de.

Im Internet

Die Informationen in Leichter Sprache stehen zum kostenlosen Download, Ausdrucken und Verteilen bereit unter:

- [Angststörungen](#)
- [Asthma](#)
- [Depression](#)
- [Ess-Störungen](#)
- [Leber-Erkrankungen](#)
- [Plötzliche Rückenschmerzen](#)
- [ÄZQ-Informationen in Leichter Sprache](#)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PATIENTENINTERESSEN

Teilnehmer*innen für Online-Befragung gesucht:

Welche Informationen benötigen Familien mit Kindern mit seltenen Erkrankungen?

Ziel des CARE-FAM-NET-Verbunds ist es, die psychische Gesundheit und Lebensqualität von Kindern mit seltenen Erkrankungen und deren Familien zu verbessern. Hierzu werden an 17 Zentren in Deutschland die neuen psychosozialen Versorgungsformen CARE-FAM (eine Familienintervention vor Ort) und WEP-CARE (eine begleitete Online-Schreibtherapie) implementiert und deren Wirksamkeit im Rahmen einer klinischen Studie wissenschaftlich überprüft. Die Studie unter Leitung von Prof. Silke Wiegand-Grefe, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik, wird aus dem Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses gefördert.

Mehr Informationen zur Studie finden Sie unter www.carefamnet.org/forschung/ueber-die-studie.

Neben der klinischen Studie soll im Rahmen des CARE-FAM-NET-Projekts als weiteres Angebot für Familien die Internetseite www.carefamnet.org bereitgestellt und kontinuierlich weiterentwickelt werden. Familien mit Kindern mit seltenen Erkrankungen sollen hierbei durch qualitätsgesicherte und evidenzbasierte Gesundheitsinformationen zu psychischen und sozialen Belastungen im Zusammenhang mit der Erkrankung des Kindes unterstützt werden.

Um die psychosozialen Belastungen im Zusammenhang mit der Erkrankung des Kindes und die damit einhergehenden Informationsbedürfnisse betroffener Familien zunächst besser einschätzen zu können, werden derzeit Teilnehmer*innen für eine Online-Befragung gesucht. Aktuell können an der Online-Befragung Väter, Mütter, Sorgeberechtigte*r, Geschwisterkinder und andere Angehörige eines Kindes (0-21 Jahre) mit einer seltenen Erkrankung teilnehmen. Das Ausfüllen des Fragebogens dauert etwa 15-20 Minuten. Die Angaben werden vollständig anonym ausgewertet, sodass keine Rückschlüsse auf die teilnehmende Person möglich sind.

Sie gelangen über folgenden Link auf die Online-Umfrage: www.limesurvey.uni-hamburg.de/index.php/272996. Um die Anzahl der Befragten zu erhöhen, ist eine Weiterleitung des Links an weitere Interessierte ausdrücklich erwünscht.

Fragen zur Online-Befragung beantworten Ihnen gerne Dipl.-Psych. Mareike Dreier und M.Sc. Psych. Farhad Rezvani per E-Mail: carefamnet@uke.de

Notwendige Ergänzungen zur Patientenverfügung für die Intensivbehandlung

Die intensivmedizinische Beatmung von Patienten mit schweren Behandlungsverläufen kann unter Umständen zu langwierigen oder sogar dauerhaften Schäden führen. Eine Klärung darüber, wie jede.r in solchen Situationen versorgt werden möchte, scheint in Zeiten der Pandemie einer schweren Lungenerkrankung geboten. Fachverbände der Intensiv- und Palliativmediziner haben dafür eine Ergänzung zu einer Patientenverfügung erarbeitet.

https://www.curaviva.ch/files/51CYPPF/aerztliche_notfallanordnung_arbeitsinstrument_sggie_2017.pdf

https://www.pallnetz.ch/cm_data/Checkliste_ANO_2020.03.27.pdf

Entworfen wurde die Vorlage von der „Deutschen interprofessionellen Vereinigung – Behandlung im Voraus Planen“ (DiV-BVP). Durch die schnell zu erfassende und deutliche Formulierung sei die ÄNo ein sehr viel „schärferes Schwert“ [als eine übliche Patientenverfügung](#)

Menschen, die für schwere Erkrankungen im Voraus regeln wollen, ob sie in ein Krankenhaus verlegt und dort lebenserhaltend behandelt werden möchten, können sich zu einer solchen „Ärztlichen Notfallanordnung“ (ÄNo) jetzt auch von ihrem Hausarzt beraten und diesen das Dokument mit unterzeichnen lassen. Kann der Patient im Notfall nicht mehr selbst zustimmen, sind die dort dokumentierten Wünsche verbindlich.

Für die Beratung von Patienten im ambulanten Bereich z.B. durch Hausärzte gibt es eine Vorlage, die als Leitfaden für die Corona-Pandemie erstellt wurde.

Die Ambulante patienten-zentrierte Vorausplanung für den Notfall - Ein Leitfaden aus Anlass der Covid-19-Pandemie finden Sie hier:

https://www.dgpalliativmedizin.de/images/Ambulante_patientenzentrierte_Vorausplanung_fuer_den_Notfall_LEITFADEN_20200409_final.pdf

M I G R A T I O N

Interview:

Was ist das Projekt Selbsthilfe und Migration?

Das Projekt Selbsthilfe und Migration Neukölln wurde 2013 mit dem Ziel gegründet, mehr Menschen mit Migrationsherkunft berlinweit für die Teilnahme und Mitwirkung in Selbsthilfegruppen zu aktivieren und motivieren. Die Vorteile der kulturspezifischen Selbsthilfe sind ganz wesentlich psychologischer und sozialer Natur, haben aber auch alltagspraktische Komponenten: Das Sprechen in der Muttersprache ermöglicht es vielen Menschen, sich authentischer auszudrücken. Soziale und kommunikative Regeln stehen in einem gemeinsamen kulturellen Kontext. Es gibt keine Gefahr von Spannungen oder Unwohlsein aufgrund kultureller Missverständnisse unter Gruppenmitgliedern unterschiedlicher Herkunft. Die Muttersprache als vertrauensbildender Aspekt ist sehr wichtig und die Selbsthilfegruppen brauchen oft eine längere Begleitung in der Gründungsphase. In den Selbsthilfegruppen sind oft Themen, wie Trauma, Ängste und Depressionen für Menschen mit schweren Lebenserlebnissen wie Flucht, Krieg im Vordergrund, aber es gibt auch die bekannten Themen Behinderung, Sucht und chronische Erkrankungen. Einblicke gab Azra Tatarevic in einem Kurzinterview Martin Schultz.

Schultz: Wie kam es zu dem Projekt, wann und warum?

Azra Tatarevic: Ich habe vor 10 Jahren meine SHG „Angst und Depressionsgruppe für bosnische Frauen“ für traumatisierte Frauen gegründet. Mein Wunsch war es, mir und anderen bosnischen Frauen, die an schweren Traumata leiden, zu helfen. Vor sechs Jahren haben wir ein Chor und eine Tanzgruppe gegründet und treten bei Veranstaltungen auf, um zu zeigen, wie wichtig es für uns ist in einer Selbsthilfegruppe zu sein. Das Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Neukölln hat im Namen des Arbeitskreises „Selbsthilfe und Migration“, SEKIS Berlin und Dank der finanziellen Unterstützung der AOK-Nordost das Projekt Selbsthilfe und Migration gegründet. Seit Februar 2013 beraten und unterstützen meine Kollegin Pervin Tosun (türkisch, zaza und deutsch) und ich (bosnisch, kroatisch, serbisch und deutsch) bei der Gründung und Begleitung neuer Migrantinnen- und Migrantinnen-Gruppen. Wir haben viele Kontakte und Kooperationen mit Migrationsorganisationen, Moscheen und Vereinen auf kommunaler Ebene. Wir nehmen an öffentlichkeitswirksamen Aktionen und Festen teil, um auf die Möglichkeiten und Chancen der gesundheitlichen und sozialen Selbsthilfe für zugewanderte Menschen aufmerksam zu machen. Es gibt berlinweit über 100 Selbsthilfegruppen für Menschen mit Migrationshintergrund,

davon allein 18 im Bezirk Neukölln. Es ist medizinisch nachgewiesen, dass soziale Ungleichheiten Einfluss auf Krankheiten haben. Migration macht nicht zwangsläufig krank, aber die Verarbeitung der Migration ist ein langwieriger Prozess und kostet viel Energie. Migranten sind stärker von Krankheiten betroffen. Migranten und Angehörige sind aufgrund ihrer Sprachprobleme, über das Gesundheitssystem, Vorsorge, Früherkennung, Prävention und Therapie, schlechter informiert. In unserer Arbeit haben wir viele Zugangsprobleme, da es in den meisten anderen Herkunftsländern keine Selbsthilfegruppen gibt. Es fehlt in der jeweiligen Muttersprache der Begriff der Selbsthilfe. Auch sind kaum Kenntnisse über die Abläufe, Rahmenbedingungen und schützenden Regeln oder über den allgemeinen Nutzen von Selbsthilfe insgesamt vorhanden. Umso mehr braucht es in der Gruppenarbeit oder zur Gründung einer Selbsthilfegruppe, erfahrene selbsthilfeaktive Menschen mit muttersprachlichen Kenntnissen, die die Bezeichnung Multiplikatorinnen und Multiplikatoren tragen.

Schultz: Was unterscheidet die Gruppen von anderen Selbsthilfegruppen?

Azra Tatarevic: Für die Migranten in einer Selbsthilfegruppe sind nicht nur die Gespräche, sondern auch das gemeinsame Essen, der Gesang, der Tanz und die Themen aus dem alltäglichen Leben wichtig. In manchen Selbsthilfegruppen aus der Gruppenarbeit entwickeln sich Freundschaften und ein besonderes Heimatgefühl. Auch wenn in einer Selbsthilfegruppe mit Migranten gute Deutschkenntnisse vorhanden sind, kann man sich in der Muttersprache bei sehr komplexen oder intimen Themen besser ausdrücken. So öffnet man sich schneller und besser für die Mitarbeit in einer Selbsthilfegruppe. Verschiedene Gruppenformen existieren: Klassische SHG, Frühstücksgruppen, interkulturelle Selbsthilfegruppen, Migrationsorganisationen, soziokulturelle Anlässe, aktive Sportgruppen. Schultz: Frau Tatarevic, besten Dank für das Interview

Quelle: Berliner Behinderten Zeitung Juni 2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

M I G R A T I O N

Zentrum Überleben hilft Geflüchteten

Im [Zentrum Überleben](#) in Berlin-Moabit suchen nach Deutschland geflüchtete Menschen, die Folter, Gewalt und Vertreibung erlebt haben und häufig schwer traumatisiert sind, Hilfe. Im Zentrum Überleben ([ZÜ](#)) erhalten Geflüchtete psychiatrisch/psychotherapeutische Behandlung, Rehabilitation und Integration. Die Tagesklinik und die Ambulanzen für Psychotherapie arbeiten zusammen mit Sprachmittlern und Sozialarbeitern. Neben traumafokussierten Einzeltherapien werden Gruppentherapien und Kreativtherapien angeboten. Deutschkurse und Projekte zur beruflichen Orientierung ergänzen das Angebot.

Seit der Coronapandemie finden die meisten Angebote des Zentrums im Freien statt, wenn das Wetter es zulässt, berichtet die Leiterin der ambulanten Abteilung für Erwachsene. Da die meisten Patienten aus Flüchtlingsheimen kommen, hat das ZÜ die Behandlung in Innenräumen weitgehend eingestellt. „Wenn uns das Virus erreicht, müssen wir schließen“, sagt sie.

Die Warteliste ist lang. „Von sechs Anfragen können wir einen Patienten oder eine Patientin aufnehmen. Wir nehmen vor allem diejenigen auf, die in ihren Herkunftsländern im Gefängnis waren, körperliche Folter erlebt haben und unter Schmerzstörungen leiden“, sagt Waiblinger. Aber auch Geflüchtete, die viele Kriegstraumata erlebt haben und kaum deutsch sprechen, hätten eine Chance auf einen Platz.

Wer besser deutsch spreche, könne auch in der Regelversorgung behandelt werden, so die Intention. In der Tagesambulanz für Erwachsene des ZÜ werden nach Angaben der Leiterin jährlich zwischen 50 und 70 Patienten neu aufgenommen, die zum Teil drei bis vier Jahre dort ambulant behandelt werden, so dass laufend zwischen 400 und 500 Menschen in der Abteilung versorgt werden.

„Die meisten Frauen haben zunächst einen hohen Alltagsdruck, wenn sie bei uns aufgenommen werden, wie eine schwierige Wohnsituation oder fehlende Kitaplätze. Über die Traumata wird meist erst später gesprochen“, ergänzt die Sozialarbeiterin in der Tagesambulanz, Cornelia Bruckner.

Während der Coronakrise sei der Zugang zu den betroffenen Frauen sehr schwierig gewesen, auch weil einige der Gewalt ausübenden Männer, den Virus als Vorwand genommen hätten, ihren Frauen den Kontakt zu den Mitarbeitern des ZÜ zu verbieten.

[Traumatisierte Flüchtlinge: Tausende ohne Therapieplatz](#)

Quelle: [aerzteblatt.de](#) - 29.06.2020

» [Inhaltsverzeichnis](#)

PUBLIKATIONEN

Studie: Bedrängte Zivilgesellschaft von rechts

Wie reagieren Akteure der organisierten Zivilgesellschaft darauf, dass Rechte verstärkt versuchen einen »Marsch durch die Organisationen« anzutreten? Erweisen sich Gewerkschaften, Kirchen, Sportvereine, Wohlfahrtsverbände und Kultureinrichtungen als immun gegen solche Angriffe – oder stellen sie ein Einfallstor für entsprechende Akteure dar? Auf Basis detaillierter Dokumentenanalysen und zahlreicher Interviews werden in der vorliegenden Studie der Otto Brenner Stiftung (OBS) erstmals rechtspopulistische Interventionen und zivilgesellschaftliche Reaktionen analysiert sowie Unterschiede und Gemeinsamkeiten systematisiert. Die Studie zeigt, dass rechtspopulistische Akteure um die Bedeutung der organisierten Zivilgesellschaft wissen. Sie zielen darauf ab, bestehende Konflikte innerhalb der untersuchten Bereiche zu politisieren, um sie somit zu verstärken und thematische Anknüpfungspunkte für ihre politische Agenda zu verankern. Die OBS möchte mit dieser Analyse für die beobachteten Dynamiken sensibilisieren und weitere Debatten anstoßen. Damit sollen die zivilgesellschaftlichen Akteure auch dazu angeregt werden, eigene Positionen und Handlungen zu reflektieren und weiterzuentwickeln, um einen angemessenen Umgang mit dem Phänomen des Rechtspopulismus in seinen unterschiedlichen Facetten zu etablieren.

[Die Studie im Wortlaut](#) (PDF)

<https://www.otto-brenner->

[stiftung.de/fileadmin/user_data/stiftung/02_Wissenschaftsportal/03_Publikationen/AH102_Rechtspopulismus.pdf](https://www.otto-brenner-stiftung.de/fileadmin/user_data/stiftung/02_Wissenschaftsportal/03_Publikationen/AH102_Rechtspopulismus.pdf)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

FORTBILDUNG FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN

Aktiv in Selbsthilfe

Fortbildung 2020

Schrittweise Wiederaufnahme unserer Fortbildungsveranstaltungen

Liebe Aktive in der Selbsthilfe, die Präventions- und Schutzmaßnahmen rund um Corona haben seit Mitte März dazu geführt, dass die für die letzten Monate und Wochen geplanten Fortbildungsveranstaltungen zu Ihrer und unserer gesundheitlichen Sicherheit entfallen mussten.

Im Zuge dieser Maßnahmen, waren wir bemüht einige der Veranstaltungen als Webinar anzubieten. Die Resonanz der digitalen Formate war sehr hoch und nachgefragt. Trotzdem freuen wir uns, dass wir Ihnen ab August wieder verstärkt Präsenzveranstaltungen anbieten können.

Welche Fortbildungen unter Vorbehalt stattfinden werden ebenso wie kurzfristige Änderungen, die in Abhängigkeit zu den gesundheitspolitischen Entscheidungen stehen, finden Sie auf unserer Homepage unter: www.sekis.de/fortbildung

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Ihr Team Fortbildung

» [Inhaltsverzeichnis](#)

FORTBILDUNG FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN

Aktiv in Selbsthilfe

Fortbildung 2020

Webinar

[Selbsthilfe und Digitalisierung](#)

Nur Mut zu Video- oder Telefonkonferenzen - Selbsthilfegruppen-Treffen in Corona-Zeiten

Dienstag, 14. Juli 2020 | 16 - 17.30 Uhr

Ort: Online

Zwar öffnen die Selbsthilfe-Kontaktstellen langsam wieder ihre Pforten und auch die Kontaktbeschränkungen werden nach und nach gelockert, doch nicht für alle Menschen ist es sinnvoll oder

möglich, sich schon wieder live zu treffen. Wir möchten Ihnen mit diesem Online-Seminar die Angst vor Videokonferenzen oder Telefonkonferenzen nehmen und Ihnen zeigen, wie Sie eine solche technisch lösen und umsetzen können. Die Frage, welches System man nutzen kann, wie das funktioniert und was man als Gruppensprecher*in und Organisator*in eines Gruppentreffens für die Moderation wissen sollte, werden erläutert. Fragen können gestellt werden und ggf. können im Anschluss Einzelcoachings angeboten werden. Auch wenn wir uns alle die echten Gruppentreffen wieder wünschen, können digitale Treffen als zusätzliches Element oder auch als Ersatz für eine Übergangszeit hilfreich sein. Eine Anmeldung ist notwendig. Sollten sich mehr als 10 Personen anmelden, werden weitere Termine zusätzlich angeboten. Für die Teilnahme benötigen Sie eine*n PC/Tablet/Smartphone mit Lautsprecher. Eine Kamera ist nicht zwingend notwendig. Die Eingangsdaten ebenso wie eine kurze und anschauliche Anleitung erhalten Sie einen Werktag vor dem Termin per Mail.

Referent*innen Ella Wassink, Ines Krahn
Kosten kostenfrei
Anmeldung online anmelden unter fortbildung@sekis-berlin.de
Kontakt Tel 030 890 285 39

» [Inhaltsverzeichnis](#)

VERANSTALTUNGEN

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

Während die Pandemiebedingungen noch bestehen, sind Veranstaltungen von Selko e. V. / SEKIS und den Kontaktstellen zunächst ausgesetzt.

Bitte erkundigen Sie sich bei den Veranstaltern über den aktuellen Stand der Umsetzung ihrer Angebote.

» [Inhaltsverzeichnis](#)

VERANSTALTUNGEN

02. Juli 2020 16:00 - 17:15 Uhr

WebSeminar

Behandlungsmethoden bei Haut-Krebs - Vortrag Prof. Dr. Jutta Hübner

Ort: <https://www.edudip.com/de/webinar/komplementare-und-alternative-medizin-bei-krebs/272410>

Liebe Leiter*innen und Mitglieder / Teilnehmer*innen von Krebs-Selbsthilfegruppen, wir möchten Sie / Euch ganz herzlich zu einem kostenlosen und höchst informativen Webinar für Krebspatient*innen und Interessierte einladen, das Frau Prof. Dr. Jutta Hübner, Professorin für integrative Onkologie, speziell für unsere Betroffenengruppe anbietet. Das Angebot wird gefördert durch das Hautkrebs-Netzwerk Deutschland e.V. und die Techniker Krankenkasse. Ein Webinar ist ein Vortrag, der im Internet stattfindet. Man benötigt für die Teilnahme am Webinar einen Internetbrowser, egal ob auf dem PC oder auf dem Handy. Bewährt sind z.B. aktuelle Versionen von Chrome und Firefox. Es besteht auch die Möglichkeit, während des Webinars Fragen zu stellen. Dafür wird es eine Chatfunktion zum Schreiben oder Handzeichen geben. Worum es geht: Frau Prof. Hübner möchte uns mit fundierten Informationen dabei unterstützen, Antworten auf die Frage zu finden: Was kann ich selber tun? Sie beschreibt ihr Thema folgendermaßen: Viele Patient*innen suchen nach Möglichkeiten, selber etwas zur Therapie beitragen zu können. Die Angebote der komplementären oder alternativen Medizin sind umfangreich und kaum überschaubar. Komplementäre, durch wissenschaftliche Untersuchungen gut geprüfte Verfahren der Naturheilkunde können helfen, Therapien besser zu vertragen und Nebenwirkungen zu vermindern. Sie sind aber nicht der Ersatz für die Medikamente, die der Onkologe Ihnen gegen Nebenwirkungen gegeben hat, sondern die Ergänzung. Damit sie zu Ihrer Tumorthherapie passen, sollten Sie immer kurz bei Ihrem Onkologen nachfragen, ob Sie eine Substanz einnehmen dürfen. Gesunde Ernährung und körperliche Aktivität helfen nachweislich, die Verträglichkeit der Tumorthherapie zu verbessern. Nicht hilfreich, sondern teilweise sogar schädlich sind dagegen Methoden der alternativen Medizin. Seien Sie vor allem vorsichtig bei Heilversprechen und Methoden, die nicht mit dem Onkologen abgestimmt werden. Welche Methoden und Substanzen helfen nun aber gegen Nebenwirkungen der Krebstherapie? Um diese Fragen soll es im Webinar gehen. Das Webinar ist KOSTENLOS und für 60 Minuten geplant. Frau Prof. Hübner bietet folgenden Termin an: Der Link zur Voranmeldung am Webinar ist <https://www.edudip.com/de/webinar/komplementare-und-alternative-medizin-bei-krebs/272410> Wir würden uns freuen, wenn dieses Angebot zahlreich genutzt wird.

Selbsthilfe Hautkrebs Berlin/Stellvertretende Vorsitzende des Hautkrebs-Netzwerks Deutschland e.V.

Kontakt/Anmeldung: Anne Wispler -

Telefon: 01754048848

» [Inhaltsverzeichnis](#)

VERANSTALTUNGEN

Samstag 25. Juli 2020 10 - 16 Uhr

Junge Selbsthilfe sucht Darsteller*innen für Musikvideo „Zusammen“

Ort: Treffpunkt wird am Schloss Köpenick sein. Genaue Adresse erfährst Du bei Deiner Anmeldung. In Kooperation zwischen der SHK Berlin Mitte und dem SEKIZ Potsdam ist eine Neuproduktion des Selbsthilfesongs „Zusammen“ entstanden. Durch großzügige Förderungen ist es uns nun möglich, ein noch professionelleres Musikvideo zum Song zu produzieren. Gedreht wird auf der Dahme in Köpenick am Ufer und auf einem Floß. Dazu suchen wir 30 Darsteller*innen, die Lust haben, an diesem tollen Projekt teilzunehmen. Wir werden in sommerlicher Atmosphäre mit viel Spaß und professionellem Kamerateam drehen. Für Verpflegung ist gesorgt und eine Minigage erhältst Du obendrauf. Du willst dabei sein oder brauchst weitere Infos? Melde Dich gerne per Mail bei Anja Breuer an.

Oder über Instagram #jungeselbsthilfeberlin

Veranstalter: Projekt Junge Selbsthilfe

Telefon: 030 394 63 64

E-Mail: junge-selbsthilfe@stadtrand-berlin.de

Internet: www.stadtrand-berlin.de/junge-selbsthilfe/willkommen.html

» [Inhaltsverzeichnis](#)

VERANSTALTUNGEN

29. Juli 2020 19:00 – 20:30 Uhr

Online-Kurs

Präventionskurs RASMUS - Resilienztraining zur Stressbewältigung

RASMUS steht für Resilienz durch Achtsamkeit, Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge. Das Resilienztraining RASMUS-online ist ein Training zur Stärkung Deiner seelischen Widerstandskraft, d.h. Deiner Resilienz. Es basiert inhaltlich auf unserem zertifizierten Präventionskurs Resilienztraining RASMUS zur Stressbewältigung. Dieses Angebot darf mit Zustimmung der Zentralen Prüfstelle Prävention während der Kontaktbeschränkungen durch das Corona-Virus online durchgeführt werden. Es gilt deshalb als Gesundheitskurs nach §20 SGB V, d.h. die Kosten werden bei nachgewiesener Teilnahme an mind. 8 Terminen teilweise von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet. Zur genauen Höhe der Erstattung kontaktieren Sie bitte Ihre Krankenkasse.

Termine Nächster Start: 29.07.2020, 10 Termine á 90 Minuten jeweils mittwochs 19:00 – 20:30 Uhr

Veranstalter: die erfahrungsexperten gUG - Prenzlauer Allee 186 - Berlin 10405

» [Inhaltsverzeichnis](#)

VERANSTALTUNGEN

10. August 2020 19 Uhr

Schilddrüse, kleines Organ mit großer Wirkung

Veranstaltung des Feministischen Frauen Gesundheitszentrums FFGZ

Kosten: Die Kosten der Veranstaltungen belaufen sich jeweils auf 15 Euro //8 Euro ermäßigt.

Veranstalter: Feministisches FrauenGesundheitsZentrum e.V.

Kontakt/Anmeldung: Bei Interesse an der Veranstaltungen bitten wir um eine Anmeldung per Telefon oder Mail.

Telefon: 030 213 95 97

E-Mail: info@ffgz.de

Internet: www.ffgz.de

» [Inhaltsverzeichnis](#)

VERANSTALTUNGEN

19. August 2020 16.00–18.00 Uhr

Trauer-Cafe in Treptow-Köpenick

Da der Start des neuen Trauerangebots Corona-bedingt ausfallen musste, hoffen wir nun auf einen gelingenden Neustart am 19. August 2020 um 16 Uhr.

In Zusammenarbeit mit dem Seelsorgeteam vom Alexianer Krankenhaus Hedwigshöhe und der Katholischen Kirchengemeinde St. Josef eröffnen wir ein neues Trauercafé für Menschen, die einen geliebten Angehörigen oder Freund durch Tod verloren haben.

Einen geliebten Menschen zu verlieren gehört zu den schwersten und schmerzlichsten Erfahrungen, die wir im Laufe unseres Lebens machen. Trauer ist ein wichtiger individueller Prozess, der Unterstützung braucht. Sich mit anderen Trauernden auszutauschen, kann eine wertvolle Hilfe sein.

Wir laden Sie herzlich in das Trauer-Cafe ein.

Das Trauer-Café ist ein offenes Angebot für Menschen, die einen Angehörigen, Freund oder Bekannten verloren haben. In geschützter und offener Atmosphäre können sich die Teilnehmenden mit anderen Betroffenen austauschen und erhalten Hilfestellung bei der Verarbeitung ihres Verlustes. Der Besuch des Trauer-Cafés ist kostenlos. Wenn Sie teilnehmen möchten, freuen wir uns über eine kurze telefonische Mitteilung unter Tel.: 67 41 - 50 50.

Termine in 2020, jeweils 16.00–18.00 Uhr

19. August, 16. September, 21. Oktober, 18. November, 9. Dezember 2020

Veranstaltungsort:

Katholisches Gemeindehaus St. Laurentius - Grottewitzstr. 15, 12526 Berlin (Buslinien 163, 363)

Kontakt und Information:

Regina Ehm - Malteser Hilfsdienst e.V. - Anlaufstelle für Trauernde - Treskowallee 110

Tel (030) 67 41 - 50 50 (Seelsorgeteam im Krankenhaus Hedwigshöhe)

» [Inhaltsverzeichnis](#)

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.

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
www.sekis.de