

## Halt in unruhigen Zeiten: Selbsthilfe und Corona

Bei ihrer bundesweiten Tagung am 15. und 16. September 2020 in Leipzig resümierten Vertreter\*innen der Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfekontaktstellen und der landesweiten Selbsthilfekontaktstellen ihre Erfahrungen während der Corona-Pandemie.

Während des Lockdowns waren Selbsthilfekontaktstellen zentrale Anlaufstellen, die ihre Informations- und Vermittlungsangebote für Selbsthilfegruppen durchgängig aufrechterhielten.

Verzweifelten Aktiven aus der Selbsthilfe, denen der Rückhalt aus den Gruppentreffen fehlte, machten sie Mut und waren Ansprechpartner. Neben Beratungen am Telefon organisierten sie digitale Informations- und Austauschangebote wie virtuelle Selbsthilfetreffs oder Gruppentreffen im Freien. Die Möglichkeit, mit anderen im Kontakt zu bleiben, half vielen Betroffenen, soziale Isolation auszuhalten und Vereinsamung vorzubeugen. Von der Öffentlichkeit nicht wahrgenommen, zeigte sich in der Corona-Krise die Systemrelevanz der gemeinschaftlichen Selbsthilfe für die Zivilgesellschaft umso mehr.

Für die Mitarbeitenden der professionellen Selbsthilfeunterstützung war das Managen dieser Krisensituation erheblich erschwert. Denn der Selbsthilfebegriff fehlt in Covid-19-Verordnungen und Hygieneempfehlungen. Selbsthilfegruppen als zentrale Ergänzung der gesundheitlichen und sozialen Versorgung haben viele Entscheidungsträger in Politik und Verwaltung schlichtweg nicht „auf dem Schirm“. Trotzdem müssen Selbsthilfekontaktstellen Abstandsregeln einführen und Mindestabstände gewährleisten. Die bisherigen Raumkapazitäten genügen nicht mehr: Mehr Räume sind dringend erforderlich, damit möglichst viele Selbsthilfegruppen sich wieder regelmäßig treffen können.

Die Vertretungen der Selbsthilfekontaktstellen fordern daher von der Politik:

- Unterstützung bei der Raumsuche für Gruppentreffen durch Kommunen
- Einbeziehung der Selbsthilfe bei der Planung von (Infektions-)Schutzmaßnahmen
- Berücksichtigung der Selbsthilfe bei Förderprogrammen zur Stärkung der digitalen Infrastruktur
- Sicherung der personellen und sächlichen Ausstattung von Selbsthilfekontaktstellen
- Einsetzung eines\*iner Selbsthilfebeauftragten des Bundes und der Länder

*Dieser Text wurde am 20. August 2020 als Pressemitteilung auf der Internetseite der NAKOS ([www.nakos.de](http://www.nakos.de)) veröffentlicht. Ansprechpartnerin dafür ist Dr. Jutta Hundertmark-Mayer.*

*Sie ist stellvertretende Geschäftsführerin der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS). Sie leitete die bundesweite Fachtagung am 15. und 16. September 2020 in Leipzig und fasste die dort zusammengetragenen Erfahrungen und Forderungen anschließend zusammen.*

## selbsthilfegruppenjahrbuch 2021

### Herausgeber:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.  
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen  
www.dag-shg.de

### Gemeinschaftlich vertretungsbefugt:

André Beermann  
Sabine Bütow  
Angelika Vahrenbruck

### Redaktion und verantwortlich i.S.d. § 55 Abs. 2 RStV:

Niclas Beier und Dr. Jutta Hundertmark-Mayser, NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen), Florian Czeschinski, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, Gießen, Anja Eberhardt und Dörte von Kittlitz, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover, Anne Kaiser, KOSKON NRW (Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in NRW), Mönchengladbach

### Registergericht:

Amtsgericht Gießen, Vereinsregister Gießen Nr. 1344  
als gemeinnützig anerkannt FA Gießen St.-Nr. 20 250 64693 v. 04.02.2021

**Umschlag:** Lutz Köbele-Lipp, Entwurf und Gestaltung, Berlin

**Satz und Layout:** Diego Vásquez, Berlin

**Druck:** Kössinger AG

ISSN 1616-0665

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion oder der fördernden Krankenkassen wieder. Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und der Autor\*innen.

Copyright: Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des *selbsthilfegruppenjahrbuchs* wurden im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20h SGB V finanziell gefördert aus Mitteln der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Förderern:



*Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine  
Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto:  
IBAN: DE18 5139 0000 0006 3030 05 BIC:VBMHDE5F*