

Junge Selbsthilfe in Niedersachsen

Hannover, 28.11.2019 – Ende November haben sich zum zweiten Mal die Fachkräfte der niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen zu einer Austauschveranstaltung zum Thema „Junge Selbsthilfe“ getroffen. Junge Menschen in der Selbsthilfe, das ist bereits seit Jahren ein Thema für die Unterstützung. In sehr vielen Landkreisen in Niedersachsen erarbeiteten die Kontakt- und Beratungsstellen in der Selbsthilfe Konzepte und Strategien für die Ansprache und Einbindung junger Leute. Bei der Veranstaltung am 28. November im Freizeitheim Vahrenwald, Hannover, stand vor allem der gemeinsame Erfahrungsaustausch zu diesem Schwerpunkt im Vordergrund. Themen wie Öffentlichkeitsarbeit, Social Media sowie die Erreichbarkeit und Bindung der jungen Erwachsenen in der Selbsthilfe waren wesentliche Inhalte der Gespräche und der Gruppenarbeit der Fachkräfte untereinander.

Als Referentinnen waren Ruth Pons von NAKOS, der nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen, und Nathalie Wiemann von KOSKON, der Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in NRW, eingeladen.

Nathalie Wiemann berichtete vom „Arbeitskreis Junge Selbsthilfe NRW“, der seit April 2019 besteht. In dem Arbeitskreis treffen sich Junge Selbsthilfe-Aktive zwischen 18 und 35 Jahren aus Gruppen, Verbänden und Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen. Neben dem Erfahrungsaustausch und der Vernetzung geht es in den ersten Treffen vor allem um die weitere Zusammenarbeit, sowie die Umsetzung gemeinsamer Ziele. Ruth Pons berichtete in der Austauschveranstaltung über die Aktivitäten auf Bundesebene. Die NAKOS widmet sich dem Thema der Jungen Selbsthilfe bereits seit 2009. Vor einigen Jahren führten sie eine Befragung von rund 800 jungen Erwachsenen durch. Es folgten weitere Informationsmaterialien wie z. B. Broschüren, Artikel und ein Comicfilm. Seit 2016 findet einmal im Jahr das gemeinsame Bundestreffen der Jungen Selbsthilfe statt. 2020 werden sich zum fünften Mal junge Selbsthilfe-Aktive aus ganz Deutschland treffen, um sich kennenzulernen, auszutauschen und an gemeinsamen Vorhaben zu arbeiten. Zudem unterstützt die NAKOS auch den Blog „LEBENSMUTIG“ für junge Selbsthilfe-Aktive, der bereits auf ein erfolgreiches und spannendes erstes Jahr zurück blicken kann.



Nathalie Wiemann, KOSKON



Ruth Pons von NAKOS berichtet über Junge Selbsthilfe auf Bundesebene.

Informationen zur Jungen Selbsthilfe

- Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen, die zum Thema Junge Selbsthilfe arbeiten, sind auf der Website des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen im Verzeichnis „Selbsthilfe vor Ort“ entsprechend gekennzeichnet:
- https://www.selbsthilfe-buero.de/index.php?id=122&no_cache=1
- Hinweise zur Jungen Selbsthilfe in NRW finden Sie auf der Website der KOSKON: <https://www.koskon.de/>
- Informationen zur Jungen Selbsthilfe auf Bundesebene finden Sie zum Beispiel auf der Seite der NAKOS: <https://www.nakos.de/>
- Portal Junge Selbsthilfe: <http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/wollt-ihr-mitmachen>
- BLOG LEBENSMUTIG: <https://www.junge-selbsthilfe-blog.de/>

Text und Fotos: Selbsthilfe-Büro Niedersachsen