



**Selbsthilfe-Büro  
Niedersachsen**



**Wir bewegen –  
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

**2020**

**Jahresbericht**

## Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>2</b>
<b>1 Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen</b>	<b>2</b>
1.1 Das Büro	2
1.2 Die Trägerin	3
1.3 Das Team	4
1.4 Finanzierung und Förderung	4
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	5
<b>2 Selbsthilfe in Niedersachsen</b>	<b>6</b>
<b>3 Selbsthilfe-Unterstützung</b>	<b>7</b>
3.1 Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich	8
3.2 Fortbildungen und Veranstaltungen	10
3.3 selbsthilfegruppenjahrbuch 2020	13
3.4 Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen gemäß § 20h SGB V	14
3.5 Ein-Ansprechpartner-Stelle gemäß § 20h SGB V	15
3.6 Patientenbeteiligung gemäß § 140f SGB V in Niedersachsen	15
3.7 Selbsthilfe und Pflege: Umsetzung § 45d SGB XI	16
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	16
<b>4 Informationspool</b>	<b>19</b>
4.1 Informationsmappe (Blaue/Grüne/Rote Adressen)	19
4.2 3. Landes-Trialogtagung	20
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	21
<b>5 Vernetzung &amp; Kooperation</b>	<b>21</b>
5.1 Jahrestagung der DAG SHG	21
5.2 Fachtreffen der DAG SHG	21
5.3 Treffen der Landeskontaktstellen	22
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	22
<b>6 Besonderes Thema 2020</b>	<b>23</b>
6.1 Selbsthilfe & Corona: Eine Pandemie verändert die Selbsthilfe	23
6.2 Digitaler Austausch für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen	25
6.3 Informationspool Selbsthilfe & Corona: Website und Infobrief	25
6.4 Öffnung der Selbsthilfe: eine Chronologie	27
6.5 Gruppenregeln in Corona-Zeiten	30
<i>Termine und Veranstaltungen</i>	31
<b>Impressum</b>	<b>32</b>

**Liebe Leser\*innen,**

seit dem Frühjahr 2020 beeinflusst die Corona-Pandemie die Selbsthilfe in Niedersachsen: Selbsthilfe-Kontaktstellen waren zu Beginn der Pandemie geschlossen und nur telefonisch oder per E-Mail erreichbar, geplante Projekte und Veranstaltungen mussten abgesagt werden und Gruppentreffen konnten nicht stattfinden. Auch wenn im Laufe des Jahres – unter Schutzmaßnahmen – wieder einiges möglich wurde, mussten viele Betroffene, Selbsthilfe-Aktive und Selbsthilfe-Unterstützer\*innen kreativ werden und neue Wege gehen (siehe 6.1). Auch das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen musste in diesem Jahr umdenken und neue Konzepte entwickeln: So sind zum Beispiel unsere Sonderwebsite „Selbsthilfe & Corona“ und der gleichnamige Infobrief entstanden (siehe 6.3).

Um – trotz Kontaktbeschränkungen – unserer Tätigkeit als Service-, Beratungs- und Netzwerkeinrichtung für Selbsthilfe in Niedersachsen nachgehen zu können, hat das gesamte Team sich im Bereich Videokonferenzsysteme, IT-Sicherheit und Datenschutz weitergebildet. So konnten wir 2020 unsere Veranstaltungen in digitaler Form anbieten. Lediglich die Fortbildung „Austauschveranstaltung für Neue in der Selbsthilfe-Unterstützung“ wurde im Sommer bewusst als Präsenzveranstaltung angeboten (siehe 3.2). Auch der Niedersächsische Arbeitskreis (siehe 3.1) sowie Arbeitsgruppen und Fachtreffen wurden in Form von Video- und Telefonkonferenzen umgesetzt.

Im Berichtsjahr haben wir uns nach vielen Jahren von unseren Büroräumen in der Gartenstraße 18 in Hannover-Mitte verabschiedet und sind Ende des Jahres in die Karlsruher Straße 2 b in Hannover-Wülfel gezogen (siehe 1.1).

Wir bedanken uns herzlich bei allen Einrichtungen, Organisationen und Akteur\*innen, die uns 2020 unterstützt und mit uns zusammengearbeitet haben.

**Ihr Team vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen**

## 1 Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

### 1.1 Das Büro

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

Neben den Aufgabenschwerpunkten Selbsthilfe-Unterstützung, Informationspool sowie Vernetzung & Kooperation widmet sich das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen jedes Jahr weiteren inhaltlichen Themenschwerpunkten. 2020 standen die Auswirkungen und die Folgen der Corona-Pandemie für die Selbsthilfe im Fokus.

### Selbsthilfe-Unterstützung

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

### Informationspool

- Informationsmaterialien
- Dokumentationen und Arbeitshilfen
- Veranstaltungen

### Vernetzung & Kooperation

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

Nach vielen Jahren in der Gartenstraße 18, Hannover-Mitte, ist das Länderbüro Ende 2020 in die Karlsruher Straße 2 b, Hannover-Wülfel, umgezogen. Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen war Untermieter in den Räumlichkeiten des Paritätischen Hannover. Für die gute Nachbarschaft möchten wir uns herzlich bedanken!

## 1.2 Die Trägerin

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

Neben dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen trägt die DAG SHG 2020 vier weitere Einrichtungen, die auf Bundes-, Landes- sowie auf regionaler Ebene als Vernetzungsstellen der Selbsthilfe-Unterstützung agieren:

- NAKOS, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen, Berlin
- KOSKON, Koordination für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen, Mönchengladbach
- Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Gießen
- Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen (SPiG), Berlin<sup>1</sup>

Im Vorstand des Vereins arbeiteten im Berichtsjahr André Beermann (Leitung der Selbsthilfe-Kontaktstelle, Kreis Viersen), Dr. Karl Deiritz (ehemalige Leitung der Selbsthilfe-Kontaktstelle WIESE e. V., Essen) und Angelika Vahnenbruck (Geschäftsführerin der StadtRand gGmbH, Berlin).

---

<sup>1</sup> Seit Mitte 2020 ist das SPiG die vierte Betriebsstätte der DAG SHG.

### 1.3 Das Team

Ende des Berichtsjahres besteht das Team des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen aus den wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen Dörte von Kittlitz (Geschäftsführerin), Anja Eberhardt (stellvertretende Geschäftsführerin), Elke Tackmann und Roswitha Schulterobben sowie den Verwaltungsfachkräften Sabine Jordan und Sabine Nash.



Screenshot, Teamsitzung November 2020

Simone Stark war von Juli 2016 bis September 2020 als Mitarbeiterin in der Verwaltung tätig. Sie befand sich von 2019 bis zu ihrem Weggang in Elternzeit. Ihre Elternzeitvertretung Sabine Nash hat die Verwaltungsstelle übernommen. Wir bedanken uns bei Simone Stark für eine gute Zusammenarbeit und heißen Sabine Nash herzlich willkommen!

#### Stellenumfang 2020

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

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

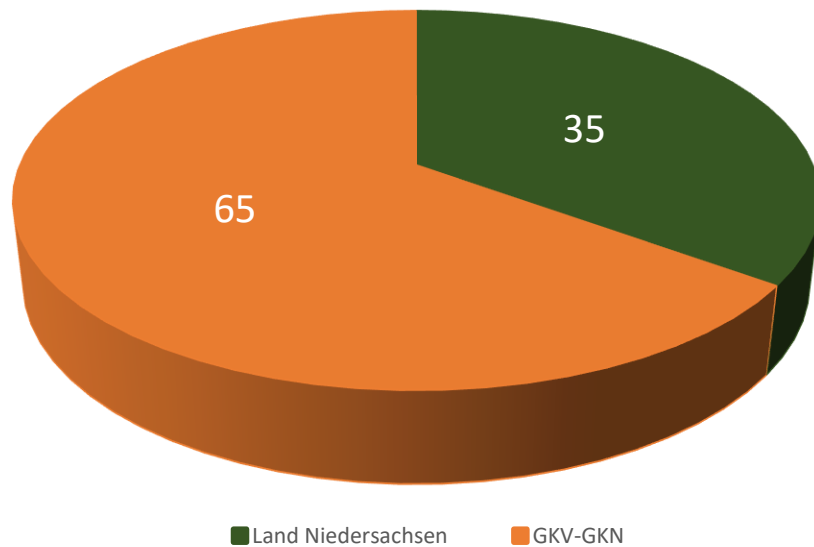
#### Ehrenamt

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

### 1.4 Finanzierung und Förderung

Die pauschale Finanzierung des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen setzte sich 2020 zu 35 Prozent aus Mitteln der freiwilligen sozialen Leistungen des Landes Niedersachsen und zu 65 Prozent aus der Förderung gemäß § 20h SGB V der gesetzlichen Krankenversicherungen – Gemeinschaftsförderung Niedersachsen (GKV-GSN) – zusammen.

Fördermittel 2020  
Angaben in Prozent



Wir möchten uns für die Förderung bei allen Geldgebern herzlich bedanken.

#### Termine und Veranstaltungen

**30.04.**

Seminar „IT-Security – aktuelles Wissen zum Schutz in der Krise“, Heise, Teilnahme, online

**30.04.**

Seminar „Nachmit-Talk: Webinar“, DiNA, Teilnahme, online

**15.05.**

Seminar „Zusammenarbeit in Projekten“, DiNA, Teilnahme, online

**20.05.**

Seminar „Videokonferenzen“, DiNA, Teilnahme, online

**16.06.**

Fortbildung „Webinar und Recht“, AEWB, Teilnahme, online

**16.06.**

Seminar „Mitgliederdaten“, DiNA, Teilnahme, online

**22.06.**

Seminar „IT-Sicherheit im Alltag“, Haus des Stiftens, Teilnahme, online

**01.07.**

Seminar „Videokonferenzen und Sicherheit“, Haus des Stiftens, Teilnahme, online

**08.10.**

Seminar „Backup – Sind Ihre Cloud-Daten sicher?“, Haus des Stiftens, Teilnahme, online

**28.10.**

Seminar „Von IT-Sicherheit bis Datenschutz“, Haus des Stiftens, Teilnahme, online

**12.11.**

Seminar „Tools für kollaborative Zusammenarbeit“, Haus des Stiftens Teilnahme, online

**23.11.**

Fortbildung für Verwaltungskräfte, DAG SHG, Teilnahme, online

**08.12.**

Seminar „Prototyping: Ideen greifbar machen“, Haus des Stiftens, Teilnahme, online

**10.12.**

Seminar „Achtsamkeit im digitalen Zeitalter“, Haus des Stiftens, Teilnahme, online

## 2 Selbsthilfe in Niedersachsen

Die Infrastruktur der Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen hat sich in den letzten Jahrzehnten stark gewandelt. Gab es 1986 lediglich 15 Selbsthilfe-Kontaktstellen, so hat sich seitdem ein flächendeckendes Netz in Niedersachsen gebildet. 2020 arbeiten bereits 37 Einrichtungen als anerkannte Selbsthilfe-Kontaktstellen und sieben befinden sich im Aufbau.

Im Jahr 2005 entwickelten die niedersächsischen Kontaktstellen gemeinsam ein Leistungsprofil für die Anerkennung einer Selbsthilfe-Kontaktstelle und strukturelle Kriterien für ihre Arbeit. In diesem Konzept wird eine praktische Begleitung und Unterstützung auf dem Weg zu einer anerkannten Kontaktstelle zugesichert. Um dem Anspruch einer flächendeckenden Selbsthilfe-Unterstützung gerecht zu werden, gibt es in einigen Landkreisen Selbsthilfe-Kontaktstellen im Aufbau. Diese bieten als Kern der Selbsthilfe-Unterstützung für Interessierte einen Überblick über die Selbsthilfelandchaft in ihrem Landkreis, vermitteln in Selbsthilfegruppen und beraten bei Gruppenneugründungen. Um eine bessere Erreichbarkeit und Präsenz der Selbsthilfe-Kontaktstellen in ihren Landkreisen zu schaffen, haben einige Kontaktstellen Außenstellen eingerichtet.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle in Wildeshausen (Kontaktstelle im Aufbau) hat 2020 den Träger gewechselt. Der Verein Freiwilligenagentur Wildeshausen e. V. hat die Trägerschaft übernommen.<sup>2</sup>

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

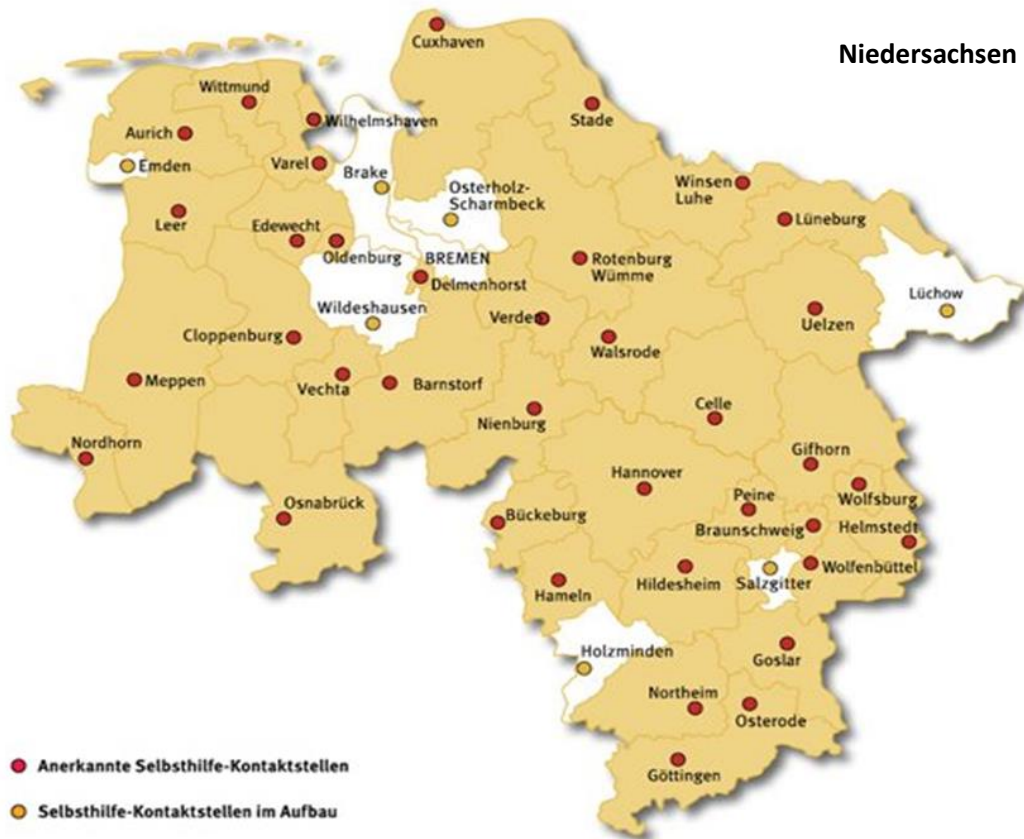
- ▶ 30 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstelle in Celle
- ▶ 25 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstelle in Barnstorf
- ▶ 20 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstelle in Salzgitter
- ▶ 15 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstellen in Osterholz-Scharmbeck, Verden, Brake, Emden sowie die Außenstelle Wittmund (Selbsthilfe-Kontaktstelle in Wilhelmshaven)<sup>3</sup>
- ▶ 10 Jahre: Selbsthilfe-Kontaktstellen in Vechta<sup>4</sup> und Gifhorn
- ▶ 5 Jahre: In Bückeburg feierte die Selbsthilfe-Kontaktstelle im Rahmen eines kleinen Festaktes ihr Jubiläum. Bei der Veranstaltung sprach Anja Eberhardt aus dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen ein Grußwort

<sup>2</sup> Vorheriger Träger war der Landkreis Oldenburg.

<sup>3</sup> Unter dem jetzigen Träger G & S Gesundheit und Selbsthilfe e. V.

<sup>4</sup> Unter dem jetzigen Träger Landes-Caritasverband für Oldenburg.

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



### 3 Selbsthilfe-Unterstützung

Eine bedeutende Aufgabe des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen liegt in der Selbsthilfe-Unterstützung auf regionaler sowie auf Landesebene. Diese umfasst unter anderem die fachliche Beratung und Unterstützung des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, der Selbsthilfe-Kontaktstellen im Einzelnen, der Selbsthilfeorganisationen und Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens in Niedersachsen. Zudem entwickelt und plant das Büro Qualifizierungs- und Fortbildungsangebote für den Selbsthilfebereich. 2020 wurden zahlreiche digitale – und eine analoge – Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen sowie für landesweite Selbsthilfeorganisationen durchgeführt. Die Beratung zum Thema Selbsthilfeförderung ist ebenfalls ein wichtiger Bestandteil der Selbsthilfe-Unterstützung. Auch Arbeitshilfen, Artikel für Newsletter und Zeitschriften sowie Vorträge dienen der Unterstützung von Kontaktstellen, Organisationen und Institutionen im Selbsthilfebereich und fördern die Bekanntheit von Selbsthilfegruppen.



### 3.1 Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

Der Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich (im Folgenden „Niedersächsischer Arbeitskreis“ genannt) traf sich 2020 zu vier landesweiten Sitzungen. Das erste Treffen im Jahr erfolgte in Präsenz in Gifhorn, die anderen drei fanden aufgrund der Pandemie als Videokonferenzen statt. In Zusammenarbeit mit dem vierköpfigen Team der Arbeitskreissprecher\*innen<sup>5</sup> übernahm das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die organisatorische und inhaltliche Vor- und Nachbereitung. Die Sitzungen selbst wurden jeweils von einem/einer Sprecher\*in moderiert.

Der Arbeitskreis beschäftigte sich in Gifhorn mit dem Thema „Vernetzung der Selbsthilfe-Kontaktstellen in den Gesundheitsregionen“. Dazu berichteten Annegret Hölscher von der Selbsthilfe-Kontaktstelle in Nordhorn und Rita Hagemann von der Selbsthilfe-Kontaktstelle in Hannover über ihre Gesundheitsregionen und die Einbindung der Selbsthilfe.

Das Thema Förderung nahm – wie auf allen folgenden Arbeitskreissitzungen im Berichtsjahr – großen Raum ein. 2020 gab es mehrere Neuerungen: Bei der Förderung durch die Krankenkassen nach § 20h SGB V erfolgte erstmals die Verteilung der Fördersummen nach der 70:30-Regelung (70 Prozent Pauschal-, 30 Prozent Projektförderung; siehe 3.4). Für alle Förderebenen gilt nun unter anderem, dass regelmäßige Maßnahmen, wie zum Beispiel Selbsthilfetage oder jährliche Fortbildungen, künftig pauschal gefördert werden. Die niedersächsische GKV (gesetzliche Krankenkassen) führte zudem neue Förderkriterien ein. Die Umstellung und Umsetzung warf bei den Kolleg\*innen viele Fragen auf, zumal aufgrund der Pandemie zahlreiche Planungsänderungen bei der Verwendung der Fördermittel notwendig wurden, über die mit der niedersächsischen GKV verhandelt werden musste. Neuerungen betrafen ebenfalls den Förderstrang nach § 45d SGB XI, wo seit Anfang 2020 die neue Förderrichtlinie zur Anwendung kam. Die wichtigste Änderung für die Selbsthilfe-Kontaktstellen liegt in der Fördermöglichkeit jeder Kontaktstelle bis zu einer Höhe von 20.000 Euro jährlich, wodurch eine Aufstockung der Personalstunden und der inhaltliche Ausbau des Bereichs der Pflegeselbsthilfe möglich wird. In Bezug auf die Landesförderung beschäftigte den Arbeitskreis die durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung angekündigte Überprüfung der Kontaktstellenförderung durch den Landesrechnungshof. Es stand dabei zum einen die Befürchtung im Raum, der Landesrechnungshof könnte empfehlen, die Landesförderung zu kürzen oder ganz einzustellen. Zum anderen war auch eine Befürwortung der Kontaktstellenförderung auf Basis einer – noch zu erstellenden – Richtlinie eine Möglichkeit. Im Kolleg\*innenkreis wurden Strategien entwickelt, wie man beiden denkbaren Empfehlungen begegnen könnte, um Bestandsschutz für die Selbsthilfe-Kontaktstellen und die Mitwirkung an der Erarbeitung der neuen Richtlinie zu erwirken.

Zum beherrschenden Thema der folgenden Arbeitskreise entwickelten sich die Auswirkungen und Folgen der Corona-Pandemie. Die Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung wurden durch die Kontaktbeschränkungen vor enorme Herausforderungen gestellt. Die wesentlichen Fragen lauteten: Wie können sich die Menschen in der Selbsthilfe trotz Lockdown bzw. eingeschränkter Austauschmöglichkeiten weiterhin unterstützen und wie kann ihnen durch die Selbsthilfe-Kontaktstellen Unterstützung gewährt werden.

Weitere Themen im Berichtsjahr waren unter anderem die Vorstellung des virtuell durchgeführten Selbsthilfetages in Hannover und der Umgang mit sogenannten GOPAL-Gruppen.

Eine Besonderheit der digitalen Arbeitskreistreffen war die Zweiteilung der Veranstaltungen: Vormittags fanden inhaltliche Inputs und Diskussionen im Plenum statt, nachmittags tauschten sich die Teilnehmer\*innen per Videokonferenz in vier parallelen Kleingruppen zu Themen aus dem Arbeitsalltag

---

<sup>5</sup> Heike Hansmann trat zu Beginn des Jahres von ihrem Amt als Sprecherin zurück.

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

Die Arbeitskreise waren mit jeweils gut 30 Teilnehmer\*innen in beiden Veranstaltungsformaten gut besetzt, der letzte digitale Arbeitskreis 2020 erlebte mit 51 Personen eine Steigerung in der Anzahl, die sich auch im folgenden Jahr fortsetzen sollte.

Der Niedersächsische Arbeitskreis ist als Landesarbeitsgemeinschaft im „Länderrat“, dem jährlichen bundesweiten Fach- und Austauschtreffen aller Landesarbeitsgemeinschaften der Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich sowie Einrichtungen der DAG SHG, vertreten. Er fand am 15. und 16. September als Präsenztreffen in Leipzig statt. Die Mitarbeit in diesem Gremium wird in der Regel von einem/einer Sprecher\*in des Niedersächsischen Arbeitskreises und durch das Länderbüro wahrgenommen. Aufgrund der Pandemie vertrat in diesem Jahr lediglich eine Mitarbeiterin des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen die Belange des Arbeitskreises vor Ort. Der Länderrat bietet Gelegenheit zur länderübergreifenden Erarbeitung inhaltlicher Themen sowie zum Austausch über die länderspezifischen Fördergegebenheiten der Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung. Das Gremium wird von der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS – ebenfalls eine Einrichtung der DAG SHG, siehe 1.2) organisiert und moderiert.

Der Arbeitskreis bündelt darüber hinaus auch (förder-)politische Anliegen der Selbsthilfe-Kontaktstellen. So ist er mit zwei Sprecher\*innen, Ele Herschelmann von der Selbsthilfe-Kontaktstelle in Oldenburg und Rita Otten von der Selbsthilfe-Kontaktstelle in Cloppenburg, am sogenannten „Runden Tisch“ zur Umsetzung der GKV-Gemeinschaftsförderung nach § 20h SGB V (siehe 3.4) in Niedersachsen vertreten. Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen unterstützt den Niedersächsischen Arbeitskreis und dessen Sprecher\*innenteam in seinen Aktivitäten, sodass die dortigen Beschlüsse wie abgestimmt umgesetzt werden können. Des Weiteren unterstützt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die Interessen des Arbeitskreises in landesweiten Gremien, wie den vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung organisierten „Niedersachsen-Ring“, und in „Landesinitiativentreffen“ oder im Fachbeirat des „Landesstützpunktes Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen“.

### **AG Jubiläum: Planung der Jubiläumsaktivitäten für das Jahr 2021**

Mit dem Jahr 2021 näherte sich ein Jubiläumsjahr für die niedersächsische Selbsthilfe: 35 Jahre Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, 30 Jahre Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und 30 Jahre Förderung der Selbsthilfe durch das Land Niedersachsen. Aus diesem Grund trafen sich einige Kolleg\*innen aus dem Niedersächsischen Arbeitskreis zweimal virtuell, um die Feierlichkeiten zu planen. Die inhaltlichen Ideen und organisatorischen Planungen geschahen in enger Rückkopplung mit dem gesamten Arbeitskreis. Ursprünglich waren die Ideen für einen anderen Anlass entwickelt worden, nämlich für eine landesweite Veranstaltung unter dem Motto „Bedeutung der Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung“ als Teil der Strategie, der angekündigten Prüfung der Landesförderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen durch den Landesrechnungshof zu begegnen. Die Veranstaltung wurde ursprünglich als mögliche Kooperationsveranstaltung mit der Landesarbeitsgemeinschaft Freie Wohlfahrtspflege (LAG FW) für November 2020 in Hannover geplant und sollte die Sicherung bzw. den Ausbau der Kontaktstellenförderung zum Ziel haben. Die Ministerin für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, Frau Dr. Reimann, war für ein Grußwort und die Teilnahme an einer Podiumsdiskussion angefragt. Es gab Ideen für Vorträge, Workshops, die Einbindung von Selbsthilfe-Aktiven und ein buntes Rahmenprogramm. Im Laufe des Jahres meldete das Ministerium jedoch, dass die Überprüfung zwar nicht abgesagt, aber aufgrund der Pandemiesituation bislang nicht stattfinden würde. Deshalb wurde die geplante Veranstaltung verworfen und die bereits entwickelten inhaltlichen und organisatorischen Vorschläge zur Veranstaltung in die Planung für die Jubiläumsaktivitäten 2021 aufgenommen.

Auf dieser Grundlage entwickelten die Teilnehmer\*innen der AG ein möglichst „coronafestes“ Konzept, um für das Jahr 2021 Planungssicherheit herzustellen. Gleichzeitig sollte es die Möglichkeit verschiedener Aktivitäten geben, die von allen Beteiligten zur Öffentlichkeitsarbeit in den Regionen und auf Landesebene genutzt werden könnten. Die Ziele für 2021 lauteten somit:

- Die Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung sind regional und landesweit sichtbar.
- Das Jubiläumsjahr ist eine Plattform für regionale Aktivitäten und betont das Bunte und Kreative der Selbsthilfe, um der derzeitigen schwierigen Lage etwas Positives entgegenzusetzen.
- Die Selbsthilfe und ihre Bedeutung sind gegenüber der Politik sichtbar (auch wegen der zu erwartenden Überprüfung des Landesrechnungshofes).

Die Basis der Jubiläums-Aktivitäten bildet eine separate Website, auf der die Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung dargestellt werden, je nach Wünschen und finanziellen Möglichkeiten der Akteur\*innen. Auf dieser Jubiläumswebsite mit Niedersachsenkarte stellen sich Kontaktstellen, Selbsthilfegruppen und -organisationen selbst vor, zum Beispiel mit Texten, Fotos, Filmen und Hörbeiträgen. Die Präsentationen müssen nicht professionell erstellt werden. Das „Selbstgemachte“, Bunte, Niedrigschwellige ist sogar erwünscht und es können auch bereits bestehende Darstellungen verwendet werden. Aktivitäten aus der AG „Junge Selbsthilfe im Jubiläumsjahr“ sollen ebenfalls mit einbezogen werden (siehe 3.2 unter „Fachtreffen für Selbsthilfe-Kontaktstellen zum Thema Junge Selbsthilfe in Niedersachsen“).

Die Website soll eine Kalenderfunktion haben, in der Aktionen der Beteiligten über das gesamte Jahr verteilt angezeigt werden. Die bisherigen Ideen für die Veranstaltung und Aktivitäten (Singen, Trommeln, Steine, Monster, Kunstaktionen etc.) können zum einen bei den regionalen Aktivitäten einbezogen werden, zum anderen ist die Landesebene für weitere Initiativen offen. Auch die Jubiläen einzelner Kontaktstellen sollen im Kalender der Website aufgenommen werden.

Auf Landesebene sind folgende Aktivitäten geplant:

- ein Interview mit dem Ministerpräsidenten und Statements von sozial-/gesundheitspolitischen Sprecher\*innen und Referent\*innen der Landtagsfraktionen, der GKV, Kooperationspartner\*innen etc.
- eine Podiumsdiskussion mit der Sozialministerin und anderen, die als Hybridveranstaltung durchgeführt wird
- eine Befragung der Selbsthilfe-Kontaktstellen zur Situation der Selbsthilfe vor, während und nach Corona

Aus den Reihen des Arbeitskreises kamen die Vorschläge, durch einen Podcast, regionale und landesweite Pressearbeit sowie die Vorstellung der Selbsthilfe im Radio und Fernsehen Aufmerksamkeit zu erhalten.

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen wird für die landesweiten Aktivitäten Projektanträge stellen, die Finanzierung der Aktionen vor Ort liegt in den Zuständigkeiten der Selbsthilfe-Kontaktstellen.

### 3.2 Fortbildungen und Veranstaltungen

#### **Austauschveranstaltung für Neue in der Selbsthilfe-Unterstützung**

Im Juli war es gemäß niedersächsischer Corona-Verordnung möglich, das jährliche Austauschtreffen für neue Kolleg\*innen in der Selbsthilfe-Unterstützung als Präsenzveranstaltung in Hannover stattfinden zu lassen. Die Gruppe musste geteilt werden, damit in den angemieteten Räumlichkeiten die Abstand- und Hygieneregeln eingehalten werden konnten. Somit war das Treffen nicht wie üblich ein

Tagesseminar, sondern für die einen Teilnehmer\*innen eine Vormittags-, für die anderen eine Nachmittagsveranstaltung. Insgesamt reisten am 9. Juli 14 Kolleg\*innen aus ganz Niedersachsen an.

Götz Liefert, Fortbildner, Supervisor und Coach mit langjähriger praktischer Erfahrung in der Selbsthilfe-Unterstützung in Berlin, führte – wie seit vielen Jahren schon – durch die Treffen.

Im Gegensatz zu früheren Austauschveranstaltungen, die sich inhaltlich stark am Thema „Haltung in der Selbsthilfe-Unterstützung“ orientierten, gestaltete Götz Liefert beide Treffen vielmehr mit supervisorischem Charakter. Mitgebrachte Themen und Fragen der Teilnehmer\*innen bestimmten den Tag. Dabei gingen die Inhalte von konkreten fachlichen Fragen bis hin zu Konflikten und schwierigen Arbeitsbedingungen. Alle Beteiligten sprachen von einem sehr gelungenen Austausch und wünschten sich engmaschigere Zusammentreffen.

### **Social Media – Grundlagen und Einsatzmöglichkeiten in der Selbsthilfe-Unterstützung**

Ursprünglich als Präsenzveranstaltung für das Frühjahr geplant, musste die Fortbildung für pädagogische Fachkräfte aus den Selbsthilfe-Kontaktstellen verlegt und schließlich als Online-Veranstaltung am 1. September durchgeführt werden.

Die Frage nach der Nutzung von Social Media in der Außenkommunikation und der speziellen Zielgruppenansprache stellt sich heutzutage auch in der Selbsthilfe-Unterstützung. Von Facebook, Instagram oder Twitter haben alle bereits gehört, aber was sich genau dahinter verbirgt und wozu sie am besten eingesetzt werden können, ist nicht immer bekannt. Im Seminar wurden diese und weitere Plattformen vorgestellt. Auch Fragen, wie

- ▶ Welches soziale Netzwerk eignet sich für welche Zielgruppe?
- ▶ Wie groß ist der tägliche/wöchentliche Aufwand, um die Zielgruppen passgenau zu „bedienen“ und welche Werkzeuge sind dafür notwendig oder erleichtern die Arbeit?
- ▶ Wie sieht es mit dem Datenschutz aus?

beschäftigten die Teilnehmer\*innen. Viele Selbsthilfegruppen kommunizieren inzwischen über Messengerdienste innerhalb ihrer Gruppen. Für Selbsthilfe-Kontaktstellen stellt sich dabei die Frage, was in der Beratung von Selbsthilfegruppen zu diesem Thema zu beachten ist, besonders in Bezug auf den Datenschutz.

Als Referent konnte Sascha Dinse, Diplom-Soziologe aus Berlin, gewonnen werden. Er führt seit vielen Jahren Fortbildungen zu Themen wie Social Media, Medienkompetenz oder Online-Marketing durch. Zudem berät er Schulen, Bildungsträger, Unternehmen und soziale Einrichtungen und hat Erfahrung in der Zusammenarbeit mit Selbsthilfeeinrichtungen.

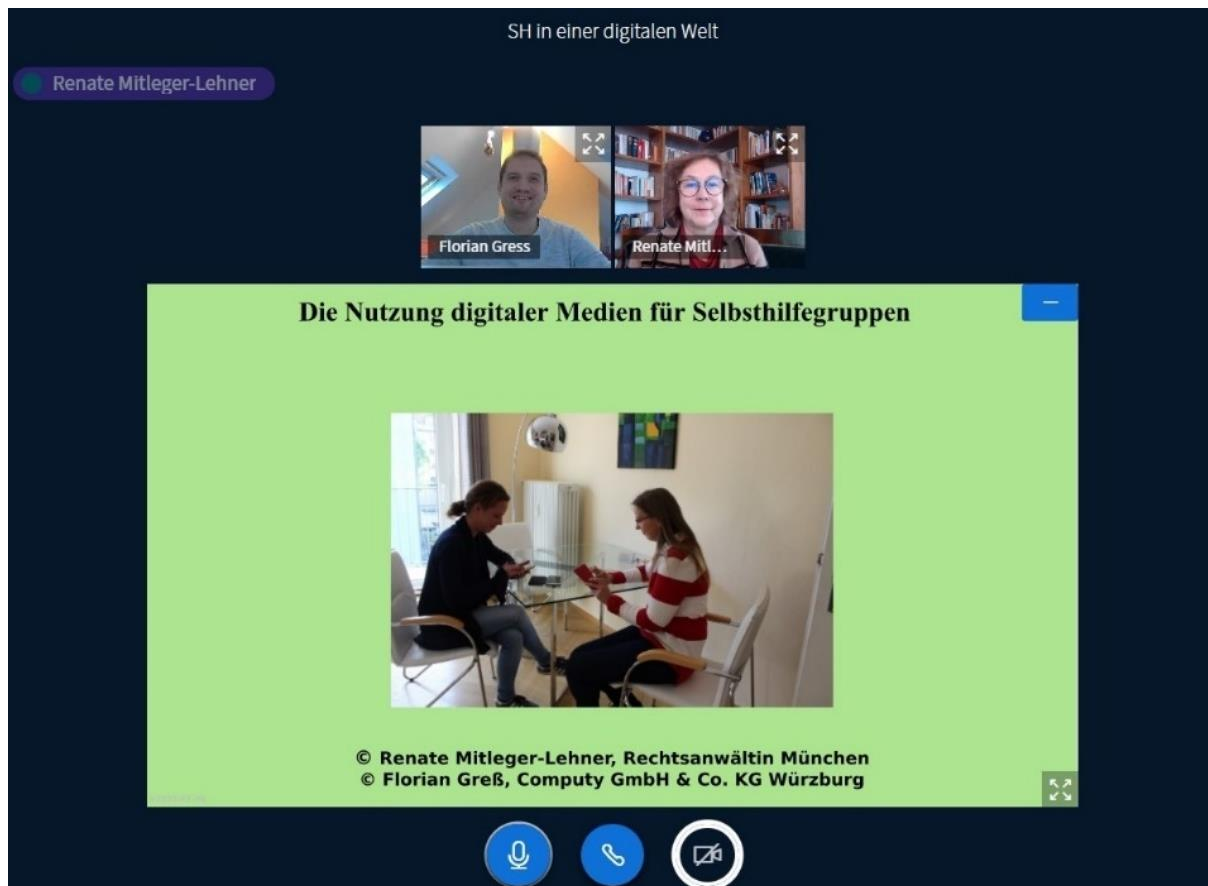
An der Veranstaltung nahmen 20 Personen teil. Es bestand die Möglichkeit, in einer Probekonferenz die Online-Anwendung BigBlueButton, mit der das Seminar stattfinden sollte, auszuprobieren. Von dem Angebot machten zahlreiche Kolleg\*innen Gebrauch und so konnten bereits einige technische Probleme im Vorfeld der Veranstaltungen geklärt werden.

### **Selbsthilfe in einer digitalen Welt (für Selbsthilfe-Kontaktstellen)**

Wie wichtig digitale Medien heutzutage sind, haben die Kontaktbeschränkungen während der Corona-Pandemie noch einmal verdeutlicht. Auch wenn einige in der Selbsthilfe bereits länger virtuell unterwegs sind, haben doch die meisten pädagogischen Fachkräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen in dieser Zeit digitales Neuland betreten. Aus diesem Grund wurde die digitale Fortbildung mit dem Schwerpunktthema Videokonferenz angeboten. Hier wurden Informationen über die verschiedenen Möglichkeiten für Videokonferenzen (Voraussetzungen, Tools, Chancen und Grenzen) sowie Einblicke in die Zukunftsvision der virtuellen Selbsthilfe gegeben. Da im Selbsthilfebereich mit beson-

ders sensiblen Daten hantiert wird, stand das Problembewusstsein für Datenschutz und Medienrecht sowie deren organisatorische und technische Umsetzung an erster Stelle.

Mit dem Referent\*innen-Duo Renate Mitleger-Lehner (Rechtsanwältin und Vorstand SeKo – Selbsthilfekoordination – Bayern e. V.) und Florian Greß (Informatiker mit Arbeitsschwerpunkt Anwendungsentwicklung) konnten zwei Expert\*innen gewonnen werden, die die rechtlichen und technischen Aspekte bei der Verwendung digitaler Medien umfassend überblickten und vereinten.



*Selbsthilfe in einer digitalen Welt: Florian Greß (Referent) und Renate Mitleger-Lehner (Referentin)*

Aufgrund des großen Interesses wurden zwei Veranstaltungen (17. November und 2. Dezember) zu dem Thema angeboten. 16 bzw. 18 Kolleg\*innen nahmen daran teil. Im Vorfeld der Online-Seminare wurden jeweils Probekonferenzen angeboten, an denen viele Kolleg\*innen teilnahmen.

### **Selbsthilfe in einer digitalen Welt (für Selbsthilfe-Organisationen)**

Der Einsatz digitaler Medien war auch für Aktive in Selbsthilfe-Organisationen ein aktuelles und zentrales Thema. Somit wurde auch ihnen am 20. November die Online-Fortbildung mit Renate Mitleger-Lehner und Florian Greß angeboten. An der Veranstaltung nahmen 18 Interessierte teil. Viele von ihnen nutzten ebenfalls die Möglichkeit einer technischen Probekonferenz.

### **Fachtreffen für Selbsthilfe-Kontaktstellen zum Thema Junge Selbsthilfe in Niedersachsen**

2020 lud das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen am 15. Juli und am 9. Dezember die Fachkräfte der niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen zu einer Austauschveranstaltung zum Thema „Junge Selbsthilfe in Niedersachsen“ ein. Die Veranstaltung findet seit 2018 regelmäßig zweimal im Jahr statt. Aufgrund der Pandemie-Lage wurden beide Veranstaltungen als Videokonferenz durchgeführt.

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. Die Veranstaltung dient dem Erfahrungsaustausch der Fachkräfte und bietet den Beteiligten die Möglichkeit, gemeinsam Ideen und Konzepte für den Bereich Junge Selbsthilfe zu entwickeln. 2020 standen besonders die Herausforderungen durch die Corona-Pandemie im Fokus der Treffen. Es wurde zum Beispiel über alternative Orte für Gruppentreffen und Onlinetreffen diskutiert. Des Weiteren waren der Kontakt zu den Gruppen sowie der Kontakt unter den Gruppenmitgliedern wichtige Themen: So haben sich in einigen Landkreisen zum Beispiel Gruppen aufgelöst bzw. der Kontakt unter den Mitgliedern ist abgebrochen, andere Junge Gruppen haben wiederum den Kontakt zueinander halten können. Vereinzelt fanden im Corona-Jahr auch Gruppenneugründungen – dann oft in digitaler Form – statt. Unabhängig von der Pandemie ist jedes Jahr die Öffentlichkeitsarbeit für die Junge Selbsthilfe ein zentrales Austauschthema.

Anlässlich der bevorstehenden Jubiläen im Jahr 2021 (35 Jahre Niedersächsischer Arbeitskreis und 30 Jahre Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, siehe 3.1) hat sich beim Treffen am 15. Juli die Arbeitsgruppe „Aktion Junge Selbsthilfe im Jubiläumsjahr“ gebildet. In mehreren Videokonferenzen – außerhalb der Austauschtreffen Junge Selbsthilfe – haben die Teilnehmenden der AG Ideen und Konzepte für Aktionen im Rahmen der Jubiläumsaktivitäten 2021 entwickelt und ausgearbeitet. Unter dem entwickelten Motto „Wir tauschen (K)uns(t) aus“ wurden interessierte Kontaktstellen eingeladen, ein kleines künstlerisches Projekt oder eine Aktion durchzuführen. Die Ergebnisse sollen im Rahmen der Jubiläumsaktivitäten präsentiert werden, zum Beispiel in Form einer digitalen Ausstellung auf der Jubiläumswebsite.

### 3.3 selbsthilfegruppenjahrbuch 2020

Seit 1999 gibt die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. (DAG SHG) das jährlich erscheinende „selbsthilfegruppenjahrbuch“ heraus. Bereits in den Jahren 1978 bis 1998 erschien die Vorgängerversion, die „selbsthilfegruppen nachrichten“. Das Fachorgan mit seiner Sammlung von Artikeln aus der Selbsthilfepraxis und -forschung ist bundesweit einmalig und stellt eine wichtige Informationsquelle für und über Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfe-Kontaktstellen dar.

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen ist als Einrichtung der DAG SHG an der Erstellung des Jahrbuchs mitbeteiligt: Zum einen liegt seine Verantwortung bei einem Teil der Autor\*innenauswahl und redaktionellen Betreuung der Beiträge, zum anderen veröffentlichen Mitarbeiter\*innen des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen immer wieder eigene Fachbeiträge in dem Sammelband.

Die 22. Auflage des Jahrbuches umfasste 21 Beiträge.<sup>6</sup>

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

- ▶ Anonyma: Ein langer Weg
- ▶ Karl Deiritz: Wir brauchen die Perspektive der Selbsthilfe
- ▶ Anja Eberhardt: Selbsthilfe-Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Problemen – Chronologie einer kooperativen Projektentwicklung und -realisierung
- ▶ Ursula Helms: Gemeinschaftliche Selbsthilfe von pflegenden Angehörigen. Rahmenbedingungen, Wirkungen und Fördermöglichkeiten

---

<sup>6</sup> Auf <https://www.dag-shg.de/service/jahrbuecher/2020/> stehen die Fachbeiträge aus dem Selbsthilfegruppenjahrbuch 2020 auch einzeln zum Download bereit.



- ▶ Katja Kliewe und Susann-Cordula Koch: Ich wünsche mir, dass die positive Kraft der Selbsthilfe in andere Bereiche der Gesellschaft überschwappt.
- ▶ Axel Pieper: Männer in der Selbsthilfe – Wie kann das funktionieren? Das Projekt Männerberatung der KISS Wolfsburg
- ▶ Madlen Seelhoff und Selbsthilfegruppe Parkinson Dinklage: Die eigene Geschichte findet ihren Weg aufs Papier

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen veröffentlichte in dieser Ausgabe zwei eigene Beiträge, zum einen die Darstellung eines mehrjährigen Projekts zum Thema Psychische Erkrankungen von Anja Eberhardt und zum anderen ein Interview, das Dörte von Kittlitz und Elke Tackmann mit den erfahrenen Kolleginnen Katja Kliewe aus Thüringen und Susann-Cordula Koch aus Sachsen geführt haben. In dem Interview ging es um das Selbstverständnis der Selbsthilfe und die Entwicklung der Selbsthilfe-Unterstützung in den „neuen“ Bundesländern. Es knüpfte damit thematisch an das im letzten Jahrbuch erschienene Interview mit zwei Kolleg\*innen aus der Gründungsgeneration der Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen an.<sup>7</sup>

Für Jürgen Matzat, den Leiter der Gießener Selbsthilfe-Kontaktstelle und Redakteur der „ersten Stunde“, war die 2020er-Ausgabe die letzte in verantwortlicher Position. Er ist in den Ruhestand gegangen, wird aber für die DAG SHG in der einen oder anderen Weise noch aktiv sein.

### 3.4 Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen gemäß § 20h SGB V

Die gesetzlichen Krankenkassen (GKV) fördern die gesundheitsbezogene Selbsthilfe durch infrastrukturelle, immaterielle und finanzielle Hilfen. Förderwürdig sind Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfe-Kontaktstellen auf regionaler Ebene, auf Landes- und auf Bundesebene, vorausgesetzt, diese haben sich die gesundheitliche Prävention oder Rehabilitation von Versicherten zum Ziel gesetzt.

#### Gesetzliche Grundlage und Förderansätze

Die Grundlage für die finanzielle Förderung wird ebenso wie die Höhe der jährlich zur Verfügung stehenden Mittel in § 20h SGB V gesetzlich geregelt. Die Verteilung und der Leitfaden zu den Fördergrundsätzen werden auf Bundesebene vom Spitzenverband der GKV vorgegeben. Die Bundesländer haben einen gewissen Spielraum bei der Umsetzung.

2019 wurde für die Förderung ab 2020 gesetzlich die Verteilung der zur Verfügung stehenden Fördermittel geändert. Künftig müssen die Krankenkassen einen Anteil von 70 Prozent für die pauschale Förderung verwenden, 30 Prozent stehen für die Projektförderung zur Verfügung. Die Krankenkassen erklärten 2020 daraufhin zum „Probejahr“ für neue Konzepte zur Verteilung der Fördermittel.

In Niedersachsen kam hinzu, dass der Überlauftopf, aus dem die Selbsthilfe seit drei Jahren gut gefördert werden konnte, beinahe geleert war. Im Wesentlichen wurde das Konzept der Fördermittelverteilung im Bereich der pauschalen Förderung von 2018 fortgeführt. Für 2021 wurde aber eine Kürzung der Mittel angekündigt. Die Krankenkassen wiesen ausdrücklich darauf hin, dass die Mittel, die den Selbsthilfe-Kontaktstellen seit 2018 besondere Aktivitäten erlaubten, weitgehend aufgebraucht seien. Eine deutliche Veränderung der Kriterien zur Ermittlung der jeweiligen Förderhöhen wurde für 2021 angekündigt.

---

<sup>7</sup> Monika Klumpe, Ulrich Gödel: Im Fokus steht der Austausch, DAG SHG (Hrsg.): selbsthilfegruppenjahrbuch 2019, S. 86–96.

### **GKV-Förderung und Corona**

Aufgrund der immensen Herausforderungen, vor die die Selbsthilfe durch die Corona-Pandemie gestellt war, wurden viele Anträge von Selbsthilfegruppen, -organisationen und -Kontaktstellen im Nachhinein an die veränderte Situation angepasst. Alle Beteiligten aus der Selbsthilfe waren gezwungen, sich vielfältig auf die neuen Rahmenbedingungen und Herausforderungen einzustellen. Dies schlug sich auch auf das Spektrum der beantragten pauschalen Aktivitäten nieder.

Aus Perspektive der Selbsthilfe zeigte sich, dass es sinnvoll ist, die Bewertung und Anerkennung der pauschalen Aktivitäten zum einen flexibel zu handhaben, gleichzeitig aber den Selbsthilfe-Unterstützungsstellen die fachliche Beurteilung darüber zu überlassen, welche Aktivitäten im Einzelnen vor Ort sinnvoll sind. Hierzu gaben die Selbsthilfevertretungen Niedersachsens gegenüber den Krankenkassen eine Stellungnahme ab. Wie weit dies gelingen konnte, wird sich erst nach gemeinsamer Reflexion in den Jahren 2021/22 zeigen.

### **3.5 Ein-Ansprechpartner-Stelle gemäß § 20h SGB V**

Die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung der Selbsthilfe in Niedersachsen wird von allen gesetzlichen Krankenkassen gemeinsam durchgeführt und mit Vertretungen der Selbsthilfe beraten.

2020 fungierten erstmals die Krankenkassen selbst als administrative Stellen für die gemeinsame Durchführung der Krankenkassenförderung auf Landesebene. Die bisherigen Aufgaben der Entgegennahme und Vorbereitung der Anträge und Antragsdaten für die Förderberatungen und Entscheidungen liegt seit 2020 nicht mehr beim Länderbüro, sondern bei den Krankenkassen. Lediglich die Entgegennahme der Verwendungsnachweise für 2019 wurde letztmalig vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen durchgeführt. Ab 2021 werden die Zuständigen der Gesetzlichen Krankenversicherung – Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe Niedersachsen (GKV-GSN) auch diese Aufgabe übernehmen.

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen konzentrierte sich auf die Vertretung der Selbsthilfe am „Runden Tisch“ gemeinsam mit den Vertretungen der Landesarbeitsgemeinschaft Freie Wohlfahrtspflege und des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich. Das Gremium dient der gemeinsamen Beratung über die Förderung mit den Vertretungen der GKV-GSN. Die Entscheidung über die Mittelvergabe liegt bei den gesetzlichen Krankenkassen.

### **3.6 Patientenbeteiligung gemäß § 140f SGB V in Niedersachsen**

Im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben nach § 140f SGB V bezüglich der Patientenbeteiligung war das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen von Beginn an als Einrichtung des gesetzlich benannten Beraterverbandes Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. (DAG SHG) eingebunden. 2020 war für die Patientenbeteiligung ein schwieriges Jahr. An Ausschüssen konnte sich nur beteiligen, wer die Möglichkeit hatte, an einer Videokonferenz – mindestens durch telefonische Einwahl – teilzunehmen.

Hier zeigte sich deutlich, dass die nicht vorhandene personelle Ausstattung der Koordinierungsgruppe ein Stolperstein für eine gute Begleitung der sachkundigen Personen in Niedersachsen darstellt. Ausschussplätze, die aufgegeben werden, bleiben in der Regel unbesetzt, da immer noch die Arbeitskapazitäten für die Suche nach neuen sachkundigen Personen, deren Ernennung, Koordination und Unterstützung fehlen. Ein Versuch von Anfang 2020, das Land Niedersachsen für die Einrichtung einer Stabsstelle zu interessieren, blieb ergebnislos. Da § 140f SGB V Anfang 2020 geändert



wurde und von nun an die Landesausschüsse für bestimmte Tätigkeiten im Rahmen der Patientenbeteiligung zuständig sind, müssen diese neuen Rahmenbedingungen zunächst geklärt werden.

Im Berichtsjahr kommunizierte die Koordinierungsgruppe hauptsächlich per Telefon und E-Mail. Ein ursprünglich für März 2020 verabredetes Treffen der Koordinierungsgruppe Niedersachsen wurde aufgrund der Unsicherheiten und des Lockdowns zunächst fallen gelassen. Das Treffen wurde in das Jahr 2021 verlegt.

Der Plan, sich mit Hilfe des bereits entwickelten Aufgabenprofils für die Einrichtung einer Stabsstelle einzusetzen, soll weiterverfolgt werden. Eine effektive Patientenbeteiligung auf Landesebene kann aus Sicht der Patientenvertretungen nur erfolgen, wenn die in diesem Bereich als sachkundige Personen tätigen Ehrenamtlichen fachgerecht und unabhängig koordiniert und unterstützt werden. Dazu bedarf es entsprechender Strukturen sowie finanzieller Mittel.

### **3.7 Selbsthilfe und Pflege: Umsetzung § 45d SGB XI**

Die finanzielle Förderung der Selbsthilfe im Rahmen der Pflege ist auf Bundesebene in § 45d SGB XI geregelt. Es handelt sich hierbei um eine gemeinsame Förderung der Bundesländer zusammen mit den Verbänden der Pflegeversicherungen, die je nach landeseigenen Richtlinien erfolgen. Vorrangige Ziele der Förderung sind die Verbesserung der häuslichen Pflege und die Unterstützung eines längeren Verbleibs von Pflegebedürftigen in der häuslichen Umgebung.

Die niedersächsische Landesrichtlinie, die sowohl die Förderung von Selbsthilfegruppen aus dem Pflegebereich als auch die Förderung von Selbsthilfe-Kontaktstellen vorsieht, wird seit 2010 umgesetzt. 2019 wurde die Richtlinie turnusgemäß überarbeitet. Durch eine Gesetzesänderung auf Bundesebene war gleichzeitig der prozentuale Anteil der Gegenfinanzierung durch die Bundesländer von 50 auf 25 Prozent gesenkt und der Anteil der Pflegekassen auf 75 Prozent erhöht worden.

Die seit Januar 2020 gültige aktualisierte Richtlinie enthält einige Weiterentwicklungen gegenüber der bisherigen. Weiterhin werden ausschließlich Selbsthilfegruppen und -Kontaktstellen gefördert.

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen begleitete auch 2020 im Rahmen seiner Aktivitäten zur Selbsthilfe-Unterstützung die regionalen Strukturen, wo immer dies erwünscht war. Da alle niedersächsischen Selbsthilfegruppen von den Lockdowns infolge der Pandemie betroffen waren, konnten sich die Gruppen im Pflegebereich kaum treffen, was für die Betroffenen, die sich hier austauschen und dadurch psychisch unterstützen können, sehr schwierig war.

Einige Beratungsleistungen des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen erfolgten aufgrund auftretender Probleme mit den Anträgen zur neuen Richtlinie. Darüber hinaus nahm das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen eine Anregung aus dem Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich auf und organisierte eine Arbeitsgruppe der Selbsthilfe-Kontaktstellen zum Thema Pflegeselbsthilfe. Diese Arbeitsgruppe hat das Ziel, sich vorrangig mit inhaltlichen Aspekten der Unterstützung von Pflegeselbsthilfegruppen auseinanderzusetzen. Ein erstes Treffen fand in Form einer Videokonferenz im Dezember 2020 statt. Die Arbeitsgruppe verabredete weitere Treffen für 2021.

## **Termine und Veranstaltungen**

### **10.02.**

Interview mit Katja Kliewe und Susann-Cordula Koch, Beitrag für das selbsthilfegruppenjahrbuch 2020, Weimar

**12.02.**

Treffen Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**13.02.**

Treffen Selbsthilfevertretungen in Niedersachsen (Förderung gem. § 20h SGB V), Sarstedt

**20.02.**

Sitzung des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, Gifhorn

**05.03.**

Treffen „Runder Tisch“ zur Umsetzung des § 20h SGB V in Niedersachsen, Hannover

**07.05.**

Treffen Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**14.05.**

Treffen Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**25.05.**

Treffen Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**25.06.**

Austauschveranstaltung Junge Selbsthilfe in Niedersachsen, online

**26.05.**

Sitzung des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**11.06.**

Treffen Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**09.07.**

Fortbildung Austausch Neue, Hannover

**14.07.**

AG „Junge Selbsthilfe im Jubiläumsjahr 2021“, online

**01.09.**

Fortbildung für Selbsthilfe-Kontaktstellen „Social-Media – Grundlagen und Einsatzmöglichkeiten in der Selbsthilfe-Unterstützung“, online

**09.09.**

Festakt zum fünfjährigen Jubiläum der Selbsthilfe-Kontaktstelle im Landkreis Bückeburg, Grußwort, Bückeburg

**10.09.**

Treffen Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**23.09.**

Sitzung des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**29.09.**

AG „Junge Selbsthilfe im Jubiläumsjahr 2021“, online

**22.10.**

AG „Jubiläum 2021“ / Treffen Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**03.11.**

AG „Junge Selbsthilfe im Jubiläumsjahr 2021“, online

**16.11.**

Treffen Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**16.11.**

Treffen Selbsthilfevertretungen in Niedersachsen (Förderung gem. § 20h SGB V), online

**17.11.**

Fortbildung für Selbsthilfe-Kontaktstellen „Selbsthilfe in einer digitalen Welt“, online

**19.11.**

Treffen „Runder Tisch“ zur Umsetzung des § 20h SGB V in Niedersachsen, online

**20.11.**

Fortbildung für Selbsthilfeorganisationen „Selbsthilfe in einer digitalen Welt“, online

**26.11.**

Sitzung des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, online

**27.11.**

AG selbsthilfegruppenjahrbuch, DAG SHG, online

**02.12.**

Fortbildung für Selbsthilfe-Kontaktstellen „Selbsthilfe in einer digitalen Welt“, online

**07.12.**

AG „Jubiläum 2021“, online

**09.12.**

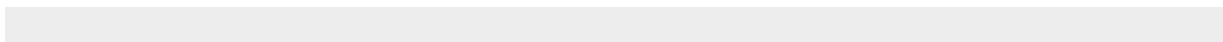
Austauschveranstaltung Junge Selbsthilfe in Niedersachsen, online

**14.12.**

Bundesweiter Austausch zur Förderung nach § 20h SGB V, online

**15.12.**

AG „Förderung gem. § 45d SGB XI“, online



## 4 Informationspool

Der Informationspool ist die zweite wichtige Säule in der Arbeit des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen. In dieses Aufgabenfeld fallen zum Beispiel die Datenbank, die Referent\*innendatenbank, die Website und die Öffentlichkeitsmaterialien. Ein zentraler Bestandteil des Informationspools ist die jährlich herausgegebene Informationsmappe Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen (siehe 4.1). Seit 2018 wurde das Arbeitsfeld um die Suchfunktion „Seltene Selbsthilfethemen“ erweitert. Zudem stand im Jahr der Corona-Pandemie die Erweiterung der Website um die Sonderseite „Selbsthilfe & Corona“ sowie den regelmäßig erscheinenden Infobrief „Selbsthilfe & Corona“ im Fokus dieses Aufgabenfeldes (siehe 6.3).

### 4.1 Informationsmappe (Blaue/Grüne/Rote Adressen)

Die Informationsmappe Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen dient dem Ziel, Betroffenen und Interessierten die Kontaktaufnahme zu Selbsthilfe-Kontaktstellen und landesweiten Selbsthilfeorganisationen zu erleichtern und die Suche nach Selbsthilfegruppen zielgerichtet vornehmen zu können.

Die Informationsmappe umfasst folgende Verzeichnisse:

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

Erstmals hat das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen im Berichtsjahr alle Verzeichnisse der Informationsmappe in Leichter Sprache übersetzen lassen. Im vorherigen Jahr wurde lediglich das Kontaktstellenverzeichnis in Leichter Sprache angeboten.



Das Länderbüro hat sich 2019/20 intensiv mit dem Thema barrierefreie Kommunikation auseinandergesetzt, wozu unter anderem die Leichte Sprache gehört. Für die Übersetzung der Verzeichnisse hat das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen mit dem Büro für Leichte Sprache der Lebenshilfe Braunschweig und der Grafikgemeinschaft Blattwerk kooperiert. Die Zusammenarbeit war wichtig, damit Inhalt, Design und Leichte Sprache stimmig zusammengeführt werden konnten.

### Themen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

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

### Landesweite Selbsthilfeorganisationen in Niedersachsen

2020 meldeten sich beim Selbsthilfe-Büro Niedersachsen 90 landesweite Selbsthilfeorganisationen, um ihre Kontaktdaten und die Themen ihrer Arbeit in das Verzeichnis aufnehmen zu lassen.<sup>8</sup>

Die Organisationen werden fast ausschließlich durch ehrenamtliches Engagement getragen.<sup>9</sup> Alle landesweiten Organisationen leisten durch das Engagement ihrer Mitglieder und Vorstände unverzichtbare Arbeit für Beratung und Öffentlichkeitsarbeit zu ihren Themen, aber auch in der Vertretung der Betroffenen in verschiedenen Gremien. Wer sich an eine Selbsthilfeorganisation wenden möchte, kann dies anhand der Kontaktdaten im Verzeichnis des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen sowie anhand der im Verzeichnis möglichen Indexsuche tun.

### Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

2020 erkannte der Niedersächsische Arbeitskreis 37 Einrichtungen als vollwertige Selbsthilfe-Kontaktstellen und sieben als im Aufbau befindliche Einrichtungen an. Das Verzeichnis der Selbsthilfe-Kontaktstellen informiert neben den Kontaktdaten der Hauptstandorte auch über vorhandene Außenstellen sowie die in den Einrichtungen gesprochenen Sprachen und darüber, ob Junge Selbsthilfe angeboten wird.

## 4.2 3. Landes-Trialogtagung

Am 3. und 4. Februar fand im Freizeitheim Vahrenwald, Hannover, die 3. Landes-Trialogtagung statt. Unter dem Motto „+361° – Betrachtungen partizipatorischer Sozialpsychiatrie“ wurde im Rahmen der Veranstaltung eine Begegnung mit dem Thema „Psychiatrie“ auf ganz verschiedenen Ebenen ermöglicht. Veranstalter war der Verein EX-IN Niedersachsen in Kooperation mit der Stadtteilkultur Hannover. Neben Workshops und Vorträgen gab es auf der Tagung auch einen „Marktplatz“ zum (Informations-)Austausch. Das Selbsthilfe-Büro



Elke Tackmann am Informationsstand des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen

<sup>8</sup> Im Vorjahr lag die Zahl der gemeldeten Selbsthilfeorganisationen bei 86.

<sup>9</sup> Lediglich einzelne Organisationen, wie zum Beispiel die Rheuma-Liga, die Aidshilfe oder die Multiple Sklerose Gesellschaft, werden unter anderem hauptamtlich unterstützt.

Niedersachsen betreute dort einen Informationsstand. Viele Teilnehmer\*innen informierten sich über die Möglichkeiten der Selbsthilfe im Bereich psychischer Erkrankungen. Zusätzlich zu den Gesprächen mit Besucher\*innen ergaben sich auch interessante Kontakte mit Standnachbar\*innen.

## Termine und Veranstaltungen

### 03.–04.02.

3. Landes-Trialogtagung, EX-IN Niedersachsen in Kooperation mit der Stadtteilkultur Hannover, Teilnahme, Hannover

## 5 Vernetzung & Kooperation

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

- ▶ Koordinierungsgruppe Patientenbeteiligung Niedersachsen (Verwaltung und Koordination)
- ▶ Landesausschuss Kassenärztliche Vereinigung Niedersachsen
- ▶ Länderrat (bundesweites Treffen der Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe-Kontaktstellen)
- ▶ Niedersachsen-Ring (Beirat zur Förderung des bürgerschaftlichen Engagements)
- ▶ Arbeitskreis Patientenrechte und -informationen in Niedersachsen
- ▶ Fachbeirat Landesstützpunkt Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen
- ▶ Landesinitiativen-Treffen
- ▶ u. v. m.

Aufgrund der pandemischen Lage wurden einige Gremien auf Bundes- und Landesebene im Berichtsjahr verschoben oder konnten nicht stattfinden. Andere Ausschüsse und Fachgremien fanden wiederum in digitaler Form statt.

### 5.1 Jahrestagung der DAG SHG

Die 42. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. (DAG SHG), die unter dem Titel „Mit uns für alle – Selbsthilfe und Partizipation“ vom 8. bis 10. Juni in Bremen stattfinden sollte, musste aufgrund der Corona-Pandemie für 2020 ersatzlos abgesagt werden. Die normalerweise im Anschluss an die Tagung stattfindende Mitgliederversammlung der DAG SHG fand nach dem Länderrat-Treffen in Leipzig am 16. September statt.

### 5.2 Fachtreffen der DAG SHG

Die Fachtreffen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. (DAG SHG) finden in der Regel zweimal im Jahr statt. Neben Berichten der Einrichtungen aus ihrer Arbeit werden zum Beispiel die jährlichen bundesweiten Fachveranstaltungen für Selbsthilfe-Kontaktstellen geplant, Gesetzesänderungen und deren Umsetzung auf regionaler, Länder- und Bundesebene reflektiert und eingeordnet sowie Inhalte der Selbsthilfe-Unterstützung und politischer Fragen diskutiert. Die Fachtreffen

stellen für die Einrichtungen der DAG SHG die einmalige Gelegenheit dar, sich gemeinsam mit den Schwestereinrichtungen und dem Vorstand über Fragen der Rahmenbedingungen und der Inhalte der gemeinsamen Arbeit auszutauschen. 2020 fand das Fachtreffen dreimal per Telefon-/Videokonferenz statt.

### 5.3 Treffen der Landeskontaktstellen

Die Zusammenkunft fand Anfang Februar für zwei Tage in Weimar statt. Dabei handelte es sich um das erste bundesweite Treffen der Landeskontaktstellen. Nachdem 2019/20 mehrere Neugründungen von Landeskontaktstellen möglich wurden, wurde für bereits bestehende und für in Gründung befindliche Einrichtungen ein Treffen – zusätzlich zum sogenannten Länderrat (siehe 3.1) – durchgeführt. In Weimar tauschten sich die Einrichtungen zu ihren Aufgabenbereichen aus, erörterten Finanzierungsmöglichkeiten und zukünftige Aufgabenbereiche. Für die neuen Landeskontaktstellen gab es die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich mit den bereits länger bestehenden Einrichtungen zu diversen Themen auszutauschen.

Trotz unterschiedlicher Aufgabenschwerpunkte, Finanzierungsmöglichkeiten und Rahmenbedingungen in den einzelnen Bundesländern ist das Treffen der Landeskontaktstellen eine sinnvolle Ergänzung zum Länderrat. Die Landeskontaktstellen diskutieren Inhalte der Selbsthilfe-Unterstützung aus ihrer Stellung heraus. Zudem sind Aufgabenstellungen größtenteils anders als die der regionalen Selbsthilfe-Unterstützung. Die Anwesenden verabredeten, sich im jährlichen Turnus – jeweils im ersten Quartal eines Jahres – zu treffen.

## Termine und Veranstaltungen

### 03.02.

Besuch Alptekin Kirci (SPD-Landtagsabgeordneter), Hannover

### 10.–11.02.

Bundesweites Fach- und Austauschtreffen der Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfe-Kontaktstellen und Landeskontaktstellen sowie der Einrichtungen der DAG SHG (Länderrat), Weimar

### 17.03.

Fachtreffen der DAG SHG, telefonisch/online

### 21.04

Landesinitiativen-Treffen, telefonisch/online

### 05.05.

Landesinitiativen-Treffen, telefonisch/online

### 07.05.

Fachtreffen der DAG SHG, telefonisch/online

### 09.06.

Landesinitiativen-Treffen, telefonisch/online

### 15.–16.09.

Bundesweites Fach- und Austauschtreffen der Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfe-Kontaktstellen und Landeskontaktstellen sowie der Einrichtungen der DAG SHG (Länderrat), Leipzig

### 16.09.

Mitgliederversammlung, DAG SHG, Leipzig

**16.09.**

Diskussionsrunde „Wie verändert die Covid-19-Pandemie das Gesundheitswesen und was soll davon nach der Pandemie erhalten werden?“, BARMER Niedersachsen/Bremen, Teilnahme, online

**05.10.**

Kooperationstreffen mit Selbsthilfevertretungen der Diözese Hildesheim Caritas, online

**06.11.**

Fachtreffen der DAG SHG, online

## 6 Besonderes Thema 2020

Neben den Aufgabenschwerpunkten Selbsthilfe-Unterstützung, Informationspool sowie Vernetzung & Kooperation widmet sich das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen jedes Jahr weiteren Themenschwerpunkten. 2020 standen die Auswirkungen und Folgen der Corona-Pandemie für das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen im Fokus. Folgende Themen werden in diesem Kapitel näher betrachtet:

- ▶ Selbsthilfe & Corona: Eine Pandemie verändert die Welt
- ▶ Digitaler Austausch für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen
- ▶ Informationspool Selbsthilfe & Corona: Website und Infobrief
- ▶ Öffnung der Selbsthilfe: eine Chronologie
- ▶ Gruppenregeln in Zeiten der Corona-Pandemie



*Piktogramme Selbsthilfe & CORONA, entwickelt von der Grafikgemeinschaft Blattwerk*

### 6.1 Selbsthilfe & Corona: Eine Pandemie verändert die Selbsthilfe

Das Coronavirus hat seit Anfang 2020 das Leben weltweit in historischem Ausmaß beeinflusst. Auch in der Selbsthilfe sind die Veränderungen deutlich spürbar. Reale Treffen waren ab dem zweiten Quartal 2020 kaum mehr möglich. Ein sehr großer Anteil der Menschen, die in der Selbsthilfe aktiv sind, gehört zu Risiko- oder Hochrisikogruppen. Diese Menschen mussten nicht nur mit den Einschränkungen der Gruppenarbeit, sondern auch mit Ängsten um ihre Gesundheit, die Gesundheit ihrer Angehörigen und persönlichen Einschränkungen zurechtkommen. Zusätzlich entfiel der Halt, den die Gruppentreffen den betroffenen Menschen geben. Jede\*r musste allein zurechtkommen oder neue Wege zum Austausch in Gruppen ausprobieren und organisieren.

Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfe-Kontaktstellen standen vor der Aufgabe, ihre Aktivitäten und Tätigkeiten an die veränderten Rahmenbedingungen anzupassen. Das erforderte von allen Beteiligten große Anstrengungen, Kreativität, Flexibilität und den Mut, Neues auszuprobieren. Dabei mussten Zwecke und Ziele der Aktivitäten im Blick bleiben und überprüft werden,



wie die gemeinschaftliche Selbsthilfe unter den stark veränderten Bedingungen ihren Charakter und ihre Stärken wahren kann.

### **Situation der Selbsthilfe auf unterschiedlichen Ebenen**

Für Selbsthilfegruppen bestand im Februar und März die erste Aufgabe darin, nicht in Erstarrung zu fallen, nicht aufzugeben und neue Wege zu gehen, um den unterstützenden, in dieser Krisensituation besonders wichtigen Kontakt zu halten. Dabei musste eine Reihe von Hürden genommen werden. Viele Gruppen versuchten, die Treffen durch Telefon- oder Videokonferenzen zu ersetzen. Virtuelle Austauschmöglichkeiten erfordern aber eine geeignete Technik, das Wissen, wie man damit umgeht, und Übung. Auch persönliche Hemmungen mussten überwunden werden. Die gesamte Kommunikation innerhalb der Gruppe veränderte sich und jedes Mitglied musste seine Rolle neu finden. Im Bereich der psychischen und Suchterkrankungen mussten darüber hinaus große Anstrengungen unternommen werden, um Menschen aufzufangen und falls dies nicht gelang, einen Weg für die Gruppe zu finden, wie damit umgegangen werden konnte.

Selbsthilfeorganisationen standen wiederum vor einer Reihe rechtlicher Probleme. Jahreshauptversammlungen konnten nur unter Auflagen mit persönlichem Erscheinen stattfinden. Jede virtuelle Möglichkeit einer Mitgliederversammlung, auch wenn sie rechtlich möglich gemacht wurde, stellte die Vereine vor eine Reihe von Problemen. Auch hier stand die Wissensaneignung über die Technik, den Umgang mit neuen Kommunikationsformen sowie den Datenschutz etc. zunächst im Vordergrund. Hinzu kamen Herausforderungen, zum Beispiel im Bereich der Beratung der Gesundheits-selbsthilfe, mit möglichen Auswirkungen einer Covid-19-Infektion auf die jeweilige Grunderkrankung umzugehen.

Für die Selbsthilfe-Kontaktstellen stellte die Pandemie eine besondere berufliche Situation dar. Beratung von Angesicht zu Angesicht durfte anfangs nicht mehr durchgeführt werden. Stattdessen verlagerte sich die Einzelberatung auf telefonische Kontakte, Gruppen wurden verstärkt per E-Mail oder Post mit Informationen versorgt und Corona-Informationen wurden auf den jeweiligen Internetseiten veröffentlicht. Zudem wurden Veranstaltungen abgesagt und Selbsthilfetage konnten nicht stattfinden. Bei vielen Gruppen musste für die Verstetigung der Treffen ein machbares Konzept gefunden werden.

Die Selbsthilfe-Kontaktstellen mussten die Auswirkungen der Pandemie auf die regionalen Selbsthilfegruppen sehr sorgfältig in ihre Arbeit einbeziehen. Sie fungierten mehr denn je als „Auffangbecken“ für Menschen, die in der Krisensituation schlichtweg nicht wissen, an wen sie sich wenden können.

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen stellte sich den neuen Herausforderungen und versuchte früh – auch auf Landesebene – wichtige Themen zu identifizieren. Auf einem letzten Präsenztreffen plante das Team für sich neue Aufgaben unter möglichst weitgehender Beibehaltung der bisherigen Strukturen und weitgehender Erfüllung der für 2020 vorgesehenen Aktivitäten. Die Arbeit wurde in definierte Bereiche eingeteilt, die sich über fachlich erforderliche Rollen der Landeseinrichtung definierten:

- **Informationspool:** Die Website des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen wurde um den Bereich „Selbsthilfe & Corona“ ergänzt. Hier findet sich eine Fülle von Informationen rund um die Pandemie, insbesondere mit Bezug auf die Selbsthilfe. Die Nutzer\*innen sollten möglichst schnell und umfassend informiert werden. Ergänzend zur Website wurde ein regelmäßiger Infobrief an alle niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen, Selbsthilfeorganisationen und alle weiteren Interessierten verschickt (siehe 6.3).

- **Selbsthilfe-Unterstützung:** Vor allem mussten die Verbindungen zu und zwischen den Selbsthilfe-Kontaktstellen hergestellt und gehalten werden. Dazu gehörten eine Abfrage der Bedarfe in der Pandemie, das Angebot verschiedenster Austauschmöglichkeiten (siehe 6.2) – auch wenn keine Präsenztreffen möglich waren – und ein enges Unterstützungsangebot im Bereich telefonischer Beratungen. Dabei wurden die regionalen Aktivitäten in Niedersachsen gebündelt und regelmäßig bekannt gegeben.
- **„Stimme der Selbsthilfe“:** Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen bündelte Anliegen der Selbsthilfe und veröffentlichte diese gegenüber den jeweiligen Ansprechstellen. Dies wurde zum Beispiel im Bereich der Förderung der Selbsthilfe durch die Krankenkassen umgesetzt. Ein wichtiger Part war aber auch, die Selbsthilfe innerhalb der Landesverordnungen zur Corona-Pandemie sichtbar zu machen und die Anliegen der Selbsthilfe in die Planungen des Krisenstabes der Landesregierung einzubringen. Dieses Vorhaben konnte erfolgreich umgesetzt werden.

Die interne Organisation des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen wurde einschneidend verändert. Alle Mitarbeiterinnen arbeiteten mobil von zu Hause aus. Besprechungen fanden per E-Mail, Telefon und Videokonferenz statt. Je eine Person arbeitete an einem Tag vom Büro aus. Für Sprechzeiten und andere Kontakte nach außen wurden entsprechende technische Voraussetzungen geschaffen. Das Team nahm an einer Reihe von Fortbildungen zu virtuellen Austauschmöglichkeiten teil und arbeitet seitdem flexibel, so wie die jeweilige Situation es erfordert und möglich macht.

## 6.2 Digitaler Austausch für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen

Bei einer Umfrage des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen im Frühjahr unter den niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen nach den Auswirkungen der Corona-Krise auf ihre Selbsthilfe-Arbeit und nach eventuellem Unterstützungsbedarf durch das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen kristallisierte sich der Wunsch nach einem regelmäßigen Austausch per Videokonferenz heraus. Aus diesem Anlass hat das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen im Berichtsjahr drei Austauschtreffen organisiert. In diesen Austauschrunden – ohne Tagesordnung – trafen sich jeweils ca. 20 Teilnehmer\*innen, besprachen sich zu Themen, die alle durch die Pandemie beeinflusst waren, zum Beispiel die Situation vor Ort, Umsetzung der Corona-Verordnung, Öffnung der Selbsthilfe, Digitalisierung der Selbsthilfe und auch mal persönliche Sorgen rund um Corona.

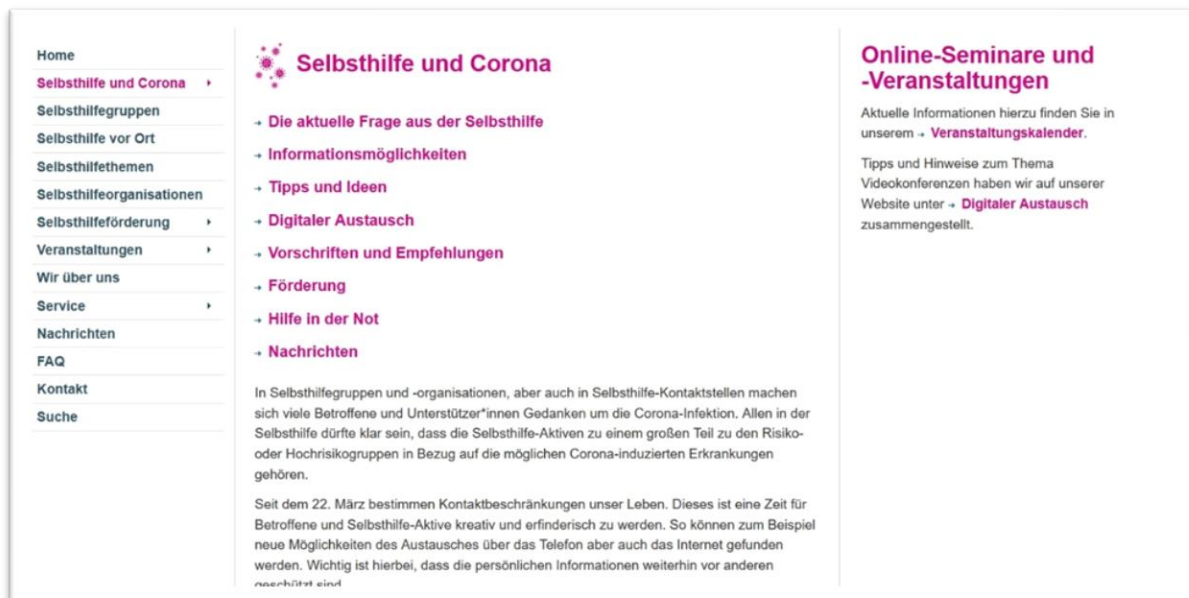
Bei vielen Kolleg\*innen – wie auch bei den Mitarbeiterinnen des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen – lagen zu diesem Zeitpunkt erst wenige Erfahrungen mit Videokonferenzen vor. In den meisten Einrichtungen bestanden noch keine technischen Voraussetzungen, wie zum Beispiel Geräte mit Kamera und Mikrofon, es wurde aber daran gearbeitet. Vorerst behelfen sich einige Kolleg\*innen mit privaten Geräten. Weitgehend unbekannt waren auch die Anwendungen für virtuelle Treffen. Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen entschied sich für die Open-Source-Software Jitsi, die über einen deutschen und damit datenschutzsicheren Server bezogen wurde. Jeweils vor den digitalen Veranstaltungen wurde der „Konferenzraum“ frühzeitig geöffnet, damit technische Probleme der Teilnehmer\*innen vor Beginn geklärt werden konnten.

## 6.3 Informationspool Selbsthilfe & Corona: Website und Infobrief

Aufgrund der sich rasant verändernden pandemischen Lage und der damit einhergehenden wechselnden Regelungen für Selbsthilfegruppen und Selbsthilfe-Kontaktstellen hat das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen im April 2020 eine Sonderwebsite zum Thema „Selbsthilfe & Corona“ entwickelt.

Die Internetseite wurde über einen kurzen Zeitraum weiterentwickelt und ausgebaut und beinhaltet Ende Mai des Berichtsjahres folgende Themenbereiche:

- Die aktuelle Frage aus der Selbsthilfe<sup>10</sup>
- Informationsmöglichkeiten (Gesundheit, Selbsthilfe und Soziales, barrierefreie Informationen)
- Tipps und Ideen (Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen, Selbsthilfeorganisationen in Niedersachsen, weitere Quellen)
- Digitaler Austausch
- Vorschriften und Empfehlungen (Rechtliche Bestimmungen und Sonderregelungen, Handreichungen und Empfehlungen)
- Förderung
- Hilfe in der Not
- Nachrichten (Archiv)



Screenshot, Sonderwebsite Selbsthilfe & Corona, Stand: 01.12.2020

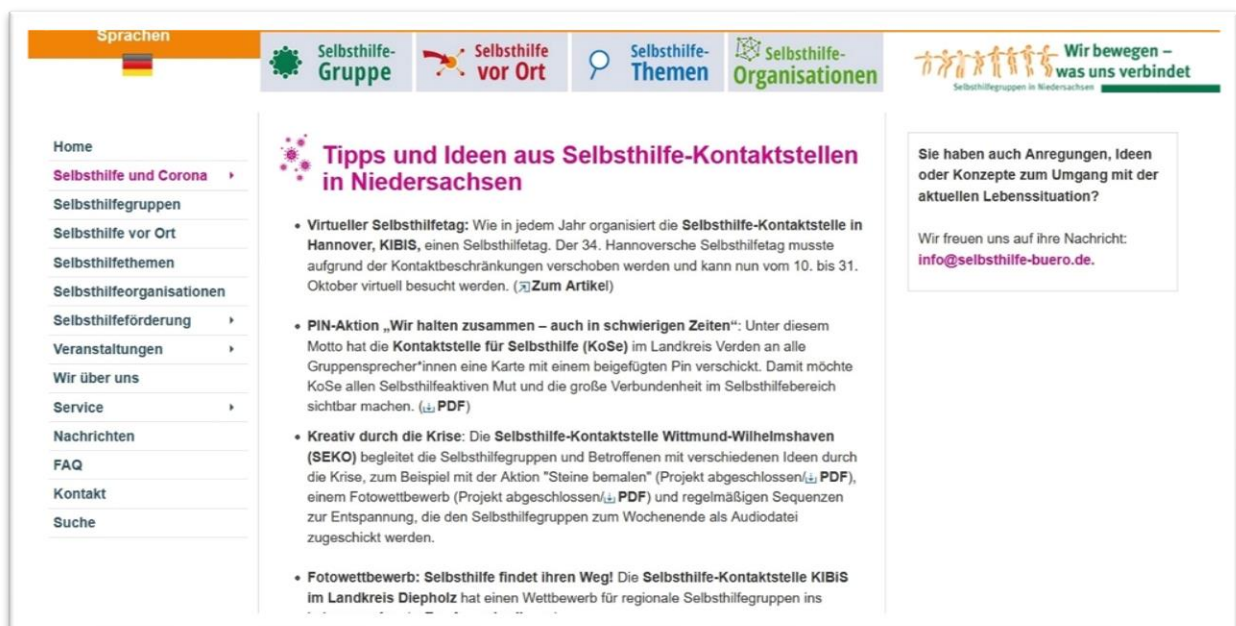
Eine wichtige Rubrik für Selbsthilfe-Aktive und Selbsthilfe-Kontaktstellen ist „Die aktuelle Frage aus der Selbsthilfe“. Dort veröffentlicht das Länderbüro zeitnah wichtige Informationen rund um das Thema Gruppentreffen in der Selbsthilfe. Während der Pandemie wurde die Niedersächsische Corona-Verordnung regelmäßig überarbeitet und der Pandemie-Lage angepasst: So waren zeitweise Treffen komplett untersagt und zwischenzeitlich unter bestimmten Voraussetzungen auch wieder möglich (siehe 6.4). Verordnungen aus dem Ministerium werden in dieser Rubrik veröffentlicht sowie Hinweise für sichere Treffen von Selbsthilfegruppen zusammengefasst und erläutert.

Wie kreativ und ideenreich die Selbsthilfe im Corona-Jahr gewesen ist, wird in der Rubrik „Tipps und Ideen“ besonders deutlich. Dort bündelt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen Ideen, Konzepte und Tipps für Selbsthilfe-Aktive und Selbsthilfe-Unterstützer\*innen von Selbsthilfe-Aktiven und Selbsthilfe-Unterstützer\*innen. Viele Kontaktstellen und Organisationen sowie Gruppen aus dem Selbsthilfebereich sind – trotz Einschränkungen – im Jahr 2020 aktiv geworden und haben neue Wege gefunden, mit den Auswirkungen der Kontaktbeschränkungen und Schutzmaßnahmen umzugehen.

<sup>10</sup> 2021 wurde die Rubrik in „Regelungen für Treffen von Selbsthilfegruppen“ umbenannt.

Hier einige Beispiele:

- ▶ Virtueller Selbsthilfetag in Hannover, Selbsthilfe-Kontaktstelle in Hannover
- ▶ PIN-Aktion „Wir halten zusammen – auch in schwierigen Zeiten“, Selbsthilfe-Kontaktstelle in Verden
- ▶ Virtueller Kaffeeklatsch in Gifhorn für Gruppenvertreter\*innen, Selbsthilfe-Kontaktstelle in Gifhorn
- ▶ Online-Vortragsreihen, Schlafapnoe-Selbsthilfegruppen rund um den Jadebusen und Bundesverband Gemeinnützige Selbsthilfe Schlafapnoe Deutschland
- ▶ Virtuelle Gruppenabende, Selbsthilfegruppe Heidekreis e. V.,
- ▶ u. v. m.



Screenshot, Rubrik „Tipps und Ideen“, Stand: 01.12.2020

Kurz nach der Umsetzung der Sonderwebsite ist der gleichnamige Infobrief „Selbsthilfe & Corona“ erschienen. Dieser richtet sich vor allem an Selbsthilfeorganisationen, Selbsthilfe-Kontaktstellen sowie Betroffene und Interessierte und wird seit Mai 2020 alle zwei bis vier Wochen – je nach Bedarf – mit aktuellen Informationen zur Corona-Lage im Selbsthilfebereich versandt.

## 6.4 Öffnung der Selbsthilfe: eine Chronologie

### März/April

Das Jahr 2020 hat viele Selbsthilfegruppen vor große Herausforderungen gestellt. Zu Beginn der Pandemie in Deutschland – im März und April – waren Gruppentreffen komplett untersagt. Auch die Beratungstätigkeiten der Selbsthilfe-Kontaktstellen in den niedersächsischen Landkreisen lagen auf Eis.

### Mai

Anfang Mai konnten die Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen ihre Beratungstätigkeiten vor Ort wieder aufnehmen.

*„Auf Nachfrage beim Krisenstab der Landesregierung erhielten wir (Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Anm. d. Red.) am 11.05.2020 eine eindeutige Antwort:*

*Selbsthilfe-Kontaktstellen dürfen ihre Beratungsarbeit tun, sie unterliegen keinen Kontaktsperren, müssen sich aber natürlich an die Hygieneregeln halten.*

*Selbsthilfegruppen müssen sich noch gedulden. Sie unterliegen laut Verordnung vom 09.05.2020, die ab 11.05.2020 in Kraft tritt, noch der Sperre von Treffen von Zusammenkünften wie auch andere Vereinigungen und Gruppen.<sup>11</sup>*

In einigen Landkreisen und Städten war es im Mai möglich, im Rahmen von Ausnahmeregelungen und Sondergenehmigungen der örtlichen Gesundheitsämter Gruppentreffen stattfinden zu lassen. Diese Sonderregelungen wurden jedoch nur in wenigen niedersächsischen Landkreisen eingeführt.

## Juni

Am 8. Juni war es endlich so weit: Selbsthilfegruppen durften sich niedersachsenweit wieder analog treffen! Der damalige Paragraf 3 Nr. 20 der Niedersächsischen Corona-Verordnung lautete:

*„Ausdrücklich zulässige Verhaltensweisen*

*(1) Unter den Voraussetzungen des § 2 zulässig sind insbesondere die nachfolgend genannten Verhaltensweisen:*

*(...)*

*Nr. 20. der Besuch und die Inanspruchnahme von Sozialen Hilfen, Beratungsangeboten und Diensten der Kinder- und Jugendhilfe, der Besuch und die Inanspruchnahme von sozialen, pädagogischen oder psychologischen Beratungsstellen, wie zum Beispiel die Seniorenberatung, Pflegeberatung, Familienberatung, Erziehungsberatung, Migrationsberatung, Gewaltberatung, Lebensberatung, Wohnungslosen- und Obdachlosen-beratung, Drogenberatung, Suchtberatung, Anerkennungsberatung, **Selbsthilfe**; (...)<sup>12</sup>*

Ab dem 22. Juni waren Zusammenkünfte von Selbsthilfegruppen sogar **ausdrücklich** in der Corona-Verordnung des Landes aufgeführt.

*„§ 3 (1) Ausdrücklich zulässige Verhaltensweisen*

*Unter den Voraussetzungen des § 2 zulässig sind insbesondere die nachfolgend genannten Verhaltensweisen:*

*(...)*

*Nr. 20 der Besuch und die Inanspruchnahme von Sozialen Hilfen, Beratungsangeboten und Diensten der Kinder- und Jugendhilfe, der Besuch und die Inanspruchnahme von sozialen, pädagogischen oder psychologischen Beratungsstellen, wie zum Beispiel die Seniorenberatung, Pflegeberatung, Familienberatung, Erziehungsberatung, Migrationsberatung, Gewaltberatung, Lebensberatung, Wohnungslosen- und Obdachlosenberatung, Drogenberatung, Suchtberatung, Anerkennungsberatung, Zusammenkünfte von **Selbsthilfegruppen** oder der Besuch von Beratungsstellen zu beruflichen Fragen.<sup>13</sup>*

---

<sup>11</sup> Quelle: Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, „Selbsthilfe & Corona“ Infobrief KW 20/20, veröffentlicht am 12.05.2020.

<sup>12</sup> Niedersächsische Verordnung über infektionsschützende Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Corona-Virus vom 08.06.2020.

<sup>13</sup> Niedersächsische Verordnung über infektionsschützende Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Corona-Virus vom 22.06.2020.

## Juli

Da die Corona-Lage im Berichtsjahr sehr dynamisch war und sich Empfehlungen und Infektionszahlen stetig änderten, musste auch die Verordnung regelmäßig angepasst und umstrukturiert werden. So kam es, dass in der Niedersächsischen Corona-Verordnung, die am 10. Juli in Kraft getreten ist, Selbsthilfegruppen nicht mehr explizit erwähnt wurden. Ein Hinweis auf Selbsthilfegruppen war jedoch in den FAQs auf der Internetseite des Landes zu finden:

*„Wie ist das mit Selbsthilfegruppen oder Gruppenangeboten in Hilfs- und Beratungseinrichtungen?*

*Gruppenangebote in einer sozialen Hilfs- und Beratungseinrichtung für suchtkranke Menschen sind wieder zulässig, natürlich unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregelungen. Gleiches gilt auch für die Einzelberatung in solchen Einrichtungen (z. B. Gewaltberatungsstellen, Schwangerschaftsberatungen, Suchtberatungen, Täterberatungen). Dies gilt auch ausdrücklich für Selbsthilfegruppen.“<sup>14</sup>*

## Oktober

Im Oktober verschlechterte sich die Pandemie-Lage und die Infektionszahlen stiegen an. Maßnahmen zur Kontaktbeschränkung wurden wieder verschärft. Treffen von Selbsthilfegruppen waren im Oktober und im November jedoch weiterhin zulässig. Die Selbsthilfe wurde zu dieser Zeit dem damaligen Paragraf 7 der Niedersächsischen Corona-Verordnung vom 30. Oktober zugeordnet:

*„§ 7 (Veranstaltungen mit sitzendem Publikum)*

*(1) Veranstaltungen im öffentlich zugänglichen Raum einschließlich privat angemieteter oder zur Verfügung gestellter öffentlich zugänglicher Räume, an denen die Besucherinnen und Besucher sitzend teilnehmen, sind mit jeweils nicht mehr als 50 Besucherinnen und Besuchern zulässig, wenn sichergestellt ist, dass die Besucherinnen und Besucher das Abstandsgebot nach § 2 Abs. 2 und 3 Nr. 1 einhalten und ihre Sitzplätze einnehmen; § 9 bleibt unberührt. ...*

*(2) Veranstaltungen mit sitzendem Publikum, die die Anforderungen des Absatzes 1 Satz 1 nicht erfüllen, sind verboten; § 9 bleibt unberührt.“<sup>15</sup>*

Die Treffen durften damals nur im öffentlich zugänglichen Raum einschließlich privat angemieteter oder zur Verfügung gestellter öffentlich zugänglicher Räume stattfinden.

## November

Da der damalige Paragraf 7 der Niedersächsischen Corona-Verordnung die Selbsthilfegruppen nicht explizit erwähnte, waren viele Gruppen und Selbsthilfe-Unterstützer\*innen nach wie vor verunsichert, ob Treffen in Niedersachsen stattfinden durften. Aufgrund der Verunsicherungen unter den Selbsthilfe-Aktiven und -Unterstützer\*innen hat das Niedersächsische Ministerium die Selbsthilfegruppen wieder in die FAQs der Landes-Website aufgenommen:

*„Wir steuern eine Vielzahl von Selbsthilfegruppen, die für die Betroffenen sehr wichtig sind – fallen diese unter die Kontaktbeschränkungen?*

---

<sup>14</sup> Quelle:

[https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/antworten\\_auf\\_haufig\\_gestellte\\_fragen\\_faq/antworten-auf-haufig-gestellte-fragen-faq-186686.html](https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/antworten_auf_haufig_gestellte_fragen_faq/antworten-auf-haufig-gestellte-fragen-faq-186686.html), Stand: 22.07.2020.

<sup>15</sup> Niedersächsische Verordnung über infektionsschützende Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Corona-Virus vom 30.10.2020.



*Nein, unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln können Selbsthilfegruppen weiterarbeiten und sich treffen. Trotz einer theoretisch bei großen Sälen zulässigen Höchstzahl von maximal 50 Personen bitten wir aber dringend darum, die Gruppengrößen möglichst klein zu halten. Es ist nicht zwingend vorgeschrieben, aber dringend zu empfehlen, dass jede/r Beteiligte zu jedem/jeder anderen Beteiligten zu jeder Zeit einen Mindestabstand von 1,5 m einhält. Es besteht eine Pflicht zur Dokumentation der Kontaktdaten, das ist gerade bei der Teilnahme von verschiedenen Haushalten besonders wichtig.*<sup>16</sup>

## Dezember

Die Infektionszahlen in Niedersachsen und Deutschland waren zum Ende des Jahres hoch und sind stetig gestiegen. Die Maßnahmen zur Kontaktreduzierung wurden somit am 16. Dezember weiter verschärft. **Treffen von Selbsthilfegruppen waren ab dem Zeitpunkt (wieder) nicht mehr möglich!**

### 6.5 Gruppenregeln in Corona-Zeiten

Als Gruppentreffen nach dem Lockdown im Frühjahr wieder möglich waren, mussten Abstandsregeln und Hygienemaßnahmen von Seiten der Teilnehmenden eingehalten werden. Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und das Sprecher\*innenteam des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich haben im Berichtsjahr auf Grundlage der niedersächsischen Verordnungstexte Empfehlungen für Gruppenregeln erarbeitet und diese regelmäßig angepasst. Des Weiteren hat das Länderbüro auch Tipps für eine anonyme Anwesenheitsdokumentation zusammengestellt.

#### Vorschläge für Gruppenregeln in Zeiten der Corona-Pandemie<sup>17</sup>

**Grundsätzlich:** Gruppenmitglieder, die möglicherweise an Covid-19 erkrankt sind, bleiben in jedem Fall zu Hause!

##### 1. Regel: Abstand halten, keine körperlichen Berührungen

Der Abstand zwischen zwei Personen sollte mindestens 1,5, besser 2 Meter betragen. (...)

##### 2. Regel: Hygieneregeln beachten

Möglichst vor, spätestens sofort nach dem Betreten des Gruppenraums Hände waschen oder desinfizieren, ebenso beim Verlassen der Räumlichkeiten. Türklinken, Tische, andere Gegenstände, die berührt werden, nach dem Gruppentreffen am besten mit Flächendesinfektionsmittel reinigen. (...)

##### 3. Regel: Lüften hilft

Der Gruppenraum sollte mindestens vor und nach dem Gruppentreffen, besser noch auch zwischendurch gelüftet werden. Bitte stoßlüften, also das Fenster ganz öffnen, nicht nur kippen! (...)

<sup>16</sup> Quelle: Land Niedersachsen: Alltag in Zeiten des Coronavirus - Antworten auf häufig gestellte Frage, URL: [https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/antworten\\_auf\\_haufig\\_gestellte\\_fragen\\_faq/antworten-auf-haufig-gestellte-fragen-faq-186686.html](https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/antworten_auf_haufig_gestellte_fragen_faq/antworten-auf-haufig-gestellte-fragen-faq-186686.html), Stand: 09.11.2020.

<sup>17</sup> Eine ausführliche und aktuelle Version der Gruppenregeln finden Sie unter: <https://www.selbsthilfe-buero.de/index.php?id=723&L=%22%3E%3Cscript%20%3Ealert%28String.fromCharCode%2888%2C83%2C83%29%29%3C%2Fscript%3E%27A%3D0>, Stand: 25.08.2021.

**4. Regel: Maske tragen**

(...)

**5. Regel: Teilnehmer\*innenlisten**

Die Liste kann so gestaltet werden, dass nur eine Person Einblick in die Kontaktdaten hat (der oder die Verantwortliche für die Teilnehmer\*innenliste). Diese Person ist ebenfalls dafür verantwortlich, die Liste nach drei Wochen zu vernichten (Datenschutz). (...)

**6. Regel: Zuständigkeiten/Verantwortlichkeiten**

Um die Regeln gut einhalten zu können, sollten eine oder besser mehrere Personen ernannt werden, die für die Einhaltung der unterschiedlichen Regeln verantwortlich sind. (...)

**7. Regel: Reden hilft und keine Panik**

Sinnvoll ist, in der Gruppe beim ersten Treffen über die Regeln zu sprechen, um sich den Sinn nochmals klarzumachen und eventuelle (auch persönliche) Probleme mit den Regeln rechtzeitig zu erkennen. (...)

Bei den aufgeführten Gruppenregeln handelt es sich lediglich um einen Auszug. Die ausführliche und aktuelle Version ist auf der Sonderwebsite „Selbsthilfe & Corona“ unter „Vorschriften und Empfehlungen“ zu finden.

**Termine und Veranstaltungen****19.05.**

Digitaler Austausch für interessierte Selbsthilfe-Kontaktstellen, online

**15.06.**

Digitaler Austausch für interessierte Selbsthilfe-Kontaktstellen, online

**15.07.**

Digitaler Austausch für interessierte Selbsthilfe-Kontaktstellen, online



## Impressum

Herausgeber:

Selbsthilfe-Büro Niedersachsen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.

Karlsruher Str. 2 b

30519 Hannover

Telefon: (05 11) 39 19 28

Telefax: (05 11) 39 19 07

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

Gemeinschaftlich vertretungsbefugt:

André Beermann, Dr. Karl Deiritz, Angelika Vahnenbruck

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.

Otto-Suhr-Allee 115, 10585 Berlin-Charlottenburg

Telefon: (0 30) 8 93 40 14

E-Mail: [verwaltung@dag-shg.de](mailto:verwaltung@dag-shg.de)

Das Impressum gilt für: Jahresbericht 2020, veröffentlicht auf [www.selbsthilfe-buero.de](http://www.selbsthilfe-buero.de)

Registergericht:

Amtsgereicht Gießen

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

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

Karlsruher Str. 2 b

30519 Hannover

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

Autorinnen: Anja Eberhardt, Dörte von Kittlitz, Elke Tackmann

Redaktion: Elke Tackmann

Gestaltung Titelblatt: Grafikgemeinschaft BLATTWERK, Hannover, [www.blattwerker.de](http://www.blattwerker.de)

Abbildungen: Grafikgemeinschaft BLATTWERK, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

Fotos: Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

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

Copyright: ©Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.



**Selbsthilfe-Büro  
Niedersachsen**