



Wir stärken die Selbsthilfe.

Vorstellung der NAKOS
Jahrestagung
Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

28. November 2017

Berlin



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

Die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS)

... ist die bundesweite Aufklärungs-, Service- und Netzwerkeinrichtung im Feld der Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung.

... ist Ansprechpartnerin für Betroffene und Fachkräfte, die Aufklärung, Information und Kontakte im Selbsthilfebereich wünschen.

... arbeitet überregional und themenübergreifend zu grundsätzlichen Fragen der Selbsthilfearbeit, die über die besonderen inhaltlichen Problemstellungen von einzelnen Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen hinausgehen.

... organisiert den fachlichen Austausch der Mitarbeitenden von Einrichtungen der Selbsthilfeunterstützung.

... ist eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG).



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

28. November 2017

Jahrestagung Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS)

... fördert die Zusammenarbeit zwischen

- Selbsthilfe und Politik/Administration
- Selbsthilfe und Fachwelt
- Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfeorganisationen
- Selbsthilfekontaktstellen und Versorgungseinrichtungen



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

28. November 2017

Jahrestagung Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

NAKOS Themen

- Junge Selbsthilfe
- Selbsthilfe und Pflege
- Selbsthilfe im Internet
- Autonomie der Selbsthilfe
- **Selbsthilfe und seelische Gesundheit**
- Bürgerschaftliches Engagement
- Netzwerk „Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen“



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

28. November 2017

Jahrestagung Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

NAKOS Adressen



GRÜNE ADRESSEN
Gemeinschaftliche Selbsthilfe
in Deutschland

In dieser Datenbank finden Sie die Adressen von bundesweiten Selbsthilfevereinigungen im Sozial- und Gesundheitsbereich sowie von weiteren Institutionen mit Selbsthilfebezug. Diese bieten Kontakte zu Selbsthilfegruppen sowie Beratung und Informationen zu bestimmten Themen wie Allergien, Krebs, Suchterkrankungen oder Arbeitslosigkeit.

WEITER 



ROTE ADRESSEN
Selbsthilfeunterstützung
in Deutschland

Sie suchen eine Selbsthilfekontaktstelle vor Ort? Mit Hilfe dieser Datenbank finden Sie eine Anlaufstelle in Ihrer Nähe. Verzeichnet sind Angebote an rund 340 Standorten in Deutschland. Dort werden fach-, themen- und trägerübergreifend Informationen und Kontakte zu örtlichen Selbsthilfegruppen geboten.

WEITER 



BLAUE ADRESSEN
Seltene Erkrankungen und Probleme
Suche nach Gleichbetroffenen und
Selbsthilfegruppen

Wenn Sie Menschen suchen, mit denen Sie sich zu einem seltenen medizinischen oder psycho-sozialen Problem austauschen wollen, können Sie in dieser Datenbank nachschauen. Sie bietet bundesweite Kontakte zu Menschen, die bislang keine passende Selbsthilfegruppe gefunden haben.

WEITER 



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

NAKOS Adressen

- Die NAKOS vermittelt Interessierte an bundesweite **Selbsthilfevereinigungen**. Aktuell führen wir mehr als 300 solcher Vereinigungen in unseren Datenbanken.
- Die NAKOS vermittelt an professionelle Einrichtungen, die Selbsthilfegruppen unterstützen: die **Selbsthilfekontaktstellen**. Aktuell führen wir 340 Selbsthilfeunterstützungsangebote in unseren Datenbanken.
- Die NAKOS vermittelt auch **Kontakte für seltene Erkrankungen und Probleme**



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

28. November 2017

Jahrestagung Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Selbsthilfekontaktstellen

- Fachstellen vor Ort: professionelle Unterstützung von Selbsthilfegruppen gibt es an 340 Orten in Deutschland
- einheitliches Aufgabenprofil (Standards der DAG SHG)
- unterschiedliche Trägerstruktur (Wohlfahrtsverbände, Gesundheits- und Sozialämter, kleinere Vereine)
- themenübergreifend tätig, arbeiten nicht gewinnorientiert
- Aufklärung und Information über Selbsthilfegruppen, zum örtlichen Selbsthilfespektrum, zum Versorgungssystem in der Region
- Kooperation mit fachbezogenen Beratungsstellen, Versorgungseinrichtungen, Vereinen, Verbänden, Behörden, Krankenkassen, Arbeitskreisen und kommunalpolitischen Gremien auf lokaler und regionaler Ebene



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

28. November 2017

Jahrestagung Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Selbsthilfekontaktstellen

- kennen die örtlichen Gruppen
- Mittler zwischen der professionellen Versorgung und Menschen in Selbsthilfegruppen
- professionelles „Gegenüber“ für Kooperations- / Vernetzungspartner
- gemeinschaftliche Selbsthilfe ist eine gute Ergänzung zur professionellen Behandlung von Menschen mit psychischen Erkrankungen



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

28. November 2017

Jahrestagung Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Bedarfe der gemeinschaftliche Selbsthilfe für Menschen mit seelischen Erkrankungen

- immer wieder wird von Mitarbeitenden in Selbsthilfekontaktstellen darauf hingewiesen, dass Selbsthilfegruppen bei psychischen Erkrankungen besondere Aufmerksamkeit benötigen
- die Nachfrage von Menschen mit seelischen Problemen und Erkrankungen steigt bei den Selbsthilfekontaktstellen stetig; Schätzungen der NAKOS gehen von jährlich 60.000 Anfragen allein zu diesem Themenkomplex aus
- bei den persönlichen Anfragen an die NAKOS im Jahr 2016 bezogen sich 8,8 % allein auf Depression/Angst und weitere 5,2 % auf akute Lebenskrisen und Probleme
- Beispiele: Menschen mit Depressionen, Suchtproblemen, Ängsten, Zwängen, Essstörungen, aber auch Menschen mit Lebensproblemen und Schicksalsschlägen, die einen „aus dem Gleichgewicht“ bringen können



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

28. November 2017

Jahrestagung Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Bedarfe der gemeinschaftliche Selbsthilfe für Menschen mit seelischen Erkrankungen

- Fortbildungen zu Grenzsituationen in der Beratungsarbeit
- Rüstzeug für „schwierige Klient/innen“
- Supervision
- Kenntnisse über Versorgungsformen
- Kenntnisse über Störungsformen
- Unterscheidung krank – gesund, Notfallwegweiser



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

28. November 2017

Jahrestagung Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!

Das Wissensportal zur Selbsthilfe: www.nakos.de

Annika Koch

Referentin für Öffentlichkeitsarbeit
annika.koch@nakos.de



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

Otto-Suhr-Allee 115
10585 Berlin
Tel: 030 / 31 01 89 - 60
Fax: 030 / 31 01 89 - 70
E-Mail: selbsthilfe@nakos.de
Internet: <http://www.nakos.de>

Eine Einrichtung der



Deutschen
Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e.V.