

# Bundestreffen Junge Selbsthilfe

3. bis 5. November 2017



## Die gemeinsame Reise geht weiter

Pressemitteilung

---

**„It´s a kind of magic!“**

### **Gelebte Inklusion: Junge Selbsthilfeaktive aus dem ganzen Bundesgebiet trafen sich in Nordwalde**

Berlin, 07.11.2017. Workshops, Storytelling, Lagerfeuer – und jede Menge kreativer Ideen: Zum Bundestreffen Junge Selbsthilfe 2017 kamen Anfang November 67 junge Selbsthilfeaktive zwischen 18 und 35 Jahren aus ganz Deutschland in Nordwalde im Münsterland zusammen. Sie berichteten über die Erfahrungen in ihren Selbsthilfegruppen und entwarfen gemeinsame Pläne.

Die Teilnehmenden engagieren sich in unterschiedlichen Selbsthilfegruppen, -vereinigungen und -kontaktstellen zu Themen wie ADHS, Ängste oder Albinismus, Depressionen, Morbus Crohn, Multiple Sklerose oder Muskelerkrankungen, Rheuma, Sehbehinderung, Stottern oder Sucht. Bei aller Vielfalt eint sie der Wunsch, Erfahrungen auszutauschen und voneinander zu lernen.

An diesem Wochenende ging es vor allem darum, Visionen für ein stärker vernetztes Vorgehen, mehr öffentliche Wahrnehmung und Formen der Zusammenarbeit in der Zukunft zu entwickeln. So verabredeten sich verschiedene Gruppen, in unterschiedlichen Regionen Arbeitskreise Junge Selbsthilfe zu gründen, ein deutschlandweites Netzwerk auf den Weg zu bringen und ein nächstes Bundestreffen vorzubereiten.

Die Zusammenkunft folgte auf das Bundestreffen 2016 in Heidelberg. Bei diesem war eine Gemeinsame Erklärung verfasst worden, in der zum Dialog zwischen den Generationen in der Selbsthilfe aufgerufen wird. „Junge Menschen wollen sich ausprobieren, sich selbst vertreten und ihre eigenen Wege in der Selbsthilfe finden“, heißt es darin. Die Teilnehmenden des diesjährigen Bundestreffens schlossen sich gemeinsam den Forderungen ihrer Vorgänger\*innen an.

# Bundestreffen Junge Selbsthilfe

3. bis 5. November 2017



## Die gemeinsame Reise geht weiter

Pressemitteilung

---

Das Treffen beeindruckte durch die große Offenheit und Akzeptanz, mit der die Teilnehmenden aufeinander eingingen. „Dieses Wochenende war für mich eines der berührendsten Ereignisse, die ich je erlebt habe“, sagte eine Teilnehmerin, „das hier ist echt gelebte Inklusion.“ Ein anderer Teilnehmer brachte die besondere Stimmung so auf den Punkt: „Obwohl ich die anderen gar nicht kannte, fühlt sich das hier an, als sei ich nach Hause gekommen. Hier herrscht irgendwie Magie.“

Die dreitägige Veranstaltung wurde von der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) in Zusammenarbeit mit einem jungen Team realisiert. Das Treffen wurde vom AOK-Bundesverband im Rahmen der Selbsthilfeförderung gefördert.

In Deutschland sind Schätzungen zufolge rund 3,5 Millionen Menschen in bis zu 100.000 Selbsthilfegruppen engagiert. Sie helfen und stärken sich gegenseitig und werden zusammen aktiv. Zwar sind junge Menschen in Selbsthilfegruppen eher unterrepräsentiert – es gibt jedoch eine zunehmende Zahl von Selbsthilfegruppen, in denen sich junge Menschen untereinander über Erkrankungen, psychische Probleme oder Krisen austauschen und gemeinsam nach Lösungen suchen. So sind auf dem NAKOS-Portal für junge Selbsthilfe unter [www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de](http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de) mehr als 800 junge Gruppen gelistet.

Die NAKOS ist die bundesweite Informations- und Vermittlungsstelle im Feld der Selbsthilfe in Deutschland. Sie arbeitet zu grundsätzlichen Fragen der Selbsthilfearbeit, der Selbsthilfeunterstützung und der Selbsthilfeförderung.

Weitere Informationen: <https://www.nakos.de/themen/junge-selbsthilfe/bundestreffen-2017>

Kontakt:

Miriam Walther, Ruth Pons und Sebastian Gottschall (NAKOS)

Tel: 030 / 31 01 89 - 84 / 79 / 78

E-Mail: [junge-selbsthilfe@nakos.de](mailto:junge-selbsthilfe@nakos.de)

# **Bundestreffen Junge Selbsthilfe**

3. bis 5. November 2017

## **Die gemeinsame Reise geht weiter**



Pressemitteilung

---

### **NAKOS**

Nationale Kontakt- und Informationsstelle  
zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen

Otto-Suhr-Allee 115

10585 Berlin-Charlottenburg

Internet: [www.nakos.de](http://www.nakos.de) | [www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de](http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de)

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.