



**Selbsthilfe-Büro
Niedersachsen**



**Wir bewegen –
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

2025

Jahresbericht

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
1 Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen	3
1.1 Das Länderbüro	3
1.2 Die Trägerin	3
1.3 Das Team	4
1.4 Finanzierung und Förderung	5
2 Selbsthilfe in Niedersachsen	7
2.1 Einrichtungen, Gruppen und Themen	7
2.2 Gründungen und Auflösungen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen 2025	9
2.3 Tag der Selbsthilfe	11
2.4 Jubiläumsjahr 2026	12
3 Selbsthilfeförderung	13
3.1 Finanzielle Förderung der Selbsthilfe-Unterstützung durch das Land Niedersachsen	13
3.2 Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen gemäß § 20h SGB V	13
3.3 Selbsthilfe und Pflege: Förderung gemäß § 45d SGB XI	14
4 Selbsthilfe-Unterstützung	15
4.1 Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich	15
4.2 Fortbildungen und Veranstaltungen	17
4.3 Patientenbeteiligung gemäß § 140f SGB V in Niedersachsen	20
4.4 Arbeitshilfe Kartenspiel	20
5 Informationspool	22
5.1 Gesamtverzeichnis	22
5.2 Seltene Themen	23
5.3 Flyer „Selbsthilfegruppen in Niedersachsen: Probleme? Sprich drüber :)“	24
6 Vernetzung & Kooperationen	25
6.1 Jahrestagung der DAG SHG	26
6.2 Fachtreffen der DAG SHG und Jour fixe	26
6.3 Arbeitsgruppe Selbstverständnis der DAG SHG	27
6.4 Länderrat und Treffen der Landeskontaktstellen	27
6.5 Bundesweite Fachgruppe § 20h SGB V	28
6.6 Bundesweite Fachgruppe Junge Selbsthilfe	28
6.7 Bundesweiter Fachausschuss Pflegeselbsthilfe	29
Impressum	31

Vorwort

Liebe Leser*innen,

ein ereignisreiches Jahr liegt hinter uns. 2025 konnten wir in Niedersachsen und bundesweit zum ersten Mal den Tag der Selbsthilfe feiern. Zahlreiche Selbsthilfe-Unterstützer*innen und -Aktive haben mit Aktionen und Veranstaltungen auf die Bedeutung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe aufmerksam gemacht (s. Kap. 2.3).

Mit Blick auf das Jubiläumsjahr 2026 – 40 Jahre Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, 35 Jahre Landesförderung und 35 Jahre Selbsthilfe-Büro Niedersachsen – haben wir gemeinsam mit dem Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich ein Jubiläumsmotto entwickelt. Außerdem wurden verschiedenste Öffentlichkeitsmaterialien entwickelt sowie Mitmachaktionen und der Jubiläumskongress geplant (s. Kap. 2.4).

Der Flyer „Selbsthilfegruppen in Niedersachsen“ wurde 2025 inhaltlich überarbeitet und neu gestaltet. Der Flyer bietet aktuelle Informationen zu Selbsthilfegruppen und Selbsthilfestrukturen in Niedersachsen. Um möglichst viele Menschen zu erreichen, wurde auch eine Fassung in Leichter Sprache entwickelt (s. Kap. 5.3).

Ein herzliches Dankeschön gilt auch in diesem Jahr allen kooperierenden Einrichtungen, Organisationen und Akteur*innen für die Unterstützung 2025.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

Ihr Team vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

1 Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

1.1 Das Länderbüro

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

Die Arbeit des Länderbüros gliedert sich in drei Hauptbereiche:

Selbsthilfe-Unterstützung

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

Informationspool

- Öffentlichkeitsmaterialien
- Dokumentationen und Arbeitshilfen
- Veranstaltungen

Vernetzung & Kooperation

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

Zusätzlich setzt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen jährlich inhaltliche Schwerpunkte.

Seit 2023 widmet sich die Einrichtung dem Aufbau eines digitalen Archivierungssystems. 2024 begann die Umstellung, die seitdem kontinuierlich vorangetrieben wird. Auch 2025 fanden zahlreiche Klausur-tage zur Digitalisierung des Archivs statt.

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 vier weitere Einrichtungen, die auf Bundes-, Landes- sowie auf regionaler Ebene als Vernetzungsstellen der Selbsthilfe-Unterstützung agieren:

- ▶ NAKOS, Nationale Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe, Berlin
- ▶ KOSKON, Koordination für Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen, Mönchengladbach
- ▶ Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Gießen
- ▶ Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen (SPiG), Berlin

Im Vorstand des Fachverbandes sind im Berichtsjahr André Beermann (Leitung der Selbsthilfeberatungsstelle in Essen, Wiese e. V.), Sabine Bütow (ehemalige Leitung Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e. V.) sowie Klaus Grothe-Bortlik (ehemalige Geschäftsführung des Selbsthilfezentrums München).

1.3 Das Team

Im Selbsthilfe-Büro Niedersachsen arbeiteten 2025 die wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen Dörte von Kittlitz (Geschäftsführerin), Anja Eberhardt (stellvertretende Geschäftsführerin) und Elke Tackmann sowie die Verwaltungsfachkräfte Heike Meyer und Gerlind Kreikenbohm.



V. l. n. r.: Anja Eberhardt, Heike Meyer, Elke Tackmann, Gerlind Kreikenbohm und Dörte von Kittlitz

Stellenumfang 2025

Drei wissenschaftliche Mitarbeiterinnen sowie zwei Verwaltungsfachkräfte waren teilzeitbeschäftigt.

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

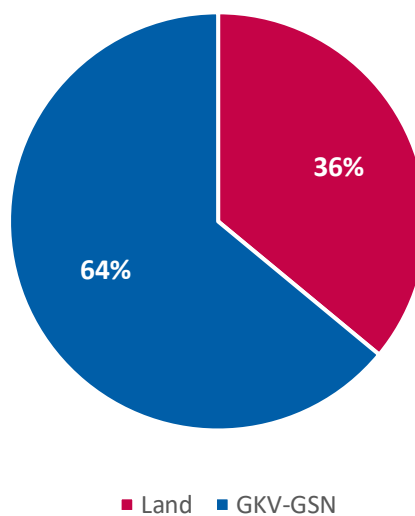
Ehrenamt

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 im Jahr 2025.

1.4 Finanzierung und Förderung

Die pauschale Finanzierung des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen setzte sich 2025 zu 36 Prozent aus Mitteln der freiwilligen sozialen Leistungen des Landes Niedersachsen und zu 64 Prozent aus der Förderung gemäß § 20h SGB V der gesetzlichen Krankenversicherungen – Gemeinschaftsförderung Niedersachsen (GKV-GSN) – zusammen. Des Weiteren erhielt das Länderbüro im Berichtsjahr Projektfördermittel von der hkk Krankenkasse für den Flyer „Selbsthilfegruppen in Niedersachsen“ (s. Kap. 5.3), von der AOK Niedersachsen für Öffentlichkeitsmaterialien für das Jubiläumsjahr 2026 sowie vom BKK Landesverband Mitte für den Neudruck des Kartenspiels „Wie geht’s? Wie steht’s?“ (s. Kap. 4.4).

Pauschale Finanzierung



Wir möchten uns für die Förderung bei allen Geldgeber*innen herzlich bedanken.

Termine & Veranstaltungen

- 03.02.** Interne Fortbildung „Einführung in die Finanzverwaltung“, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover **(+ sechs weitere Termine im Berichtsjahr)**
- 05.02.** Digitaler Aktenplantag, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover **(+ fünf weitere Termine im Berichtsjahr)**
- 19.02.** Webinar „Digitale Tools erfolgreich einführen und nutzen“, Haus des Stiftens, Teilnahme, digital
- 26.03.** Webinar „Fortbildung Excel – Quick and simple“, Haus des Stiftens, Teilnahme, digital
- 16.09.** Veranstaltung „Selbsthilfe in Bayern: Lückenbüßer oder wichtige Ergänzung im Sozial- und Gesundheitswesen? Wie kann die Politik unterstützen?“, Seko Bayern, Teilnahme, digital
- 24.09.** Fortbildung „KI am Morgen“, AEWB, Teilnahme, digital **(+ drei weitere Termine im Berichtsjahr)**

- 01.10.** Webinar „KI-Tools datenschutzkonform einsetzen“, Haus des Stiftens, Teilnahme, digital
- 09.10.** Veranstaltungsreihe „AI-Thursday“, Deutsche Aidshilfe, Teilnahme, digital **(+ fünf weitere Termine im Berichtsjahr)**
- 27.10.** Veranstaltung „Ziemlich häufig: Seltene Erkrankungen“, Seko Bayern und SEKIS, Teilnahme, digital
- 03.11.** Fachtag „Einsamkeit und soziale Ungleichheit – Ursachen, Auswirkungen, Auswege“, SoVD Niedersachsen, Teilnahme, Hannover
- 10.11.** Webinar „Effektives Onboarding: Erfolgsfaktoren für eine gelungene Einarbeitung“, Haus des Stiftens, Teilnahme, digital

2 Selbsthilfe in Niedersachsen

2.1 Einrichtungen, Gruppen und Themen

Selbsthilfe-Kontaktstellen

Seit den 1970er- und 1980er-Jahren hat sich die Infrastruktur der Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen erheblich (weiter-)entwickelt. Während es 1986 landesweit 15 Selbsthilfe-Kontaktstellen gab, ist heute ein flächendeckendes Netz entstanden.



Übersichtskarte der
Selbsthilfe-Kontaktstellen
in Niedersachsen

Ende 2025 arbeiteten 39 Einrichtungen als anerkannte Selbsthilfe-Kontaktstellen, fünf weitere befanden sich im Aufbau. Insgesamt gibt es 44 Standorte in Niedersachsen: in jedem Landkreis, jeder Region bzw. kreisfreien Stadt eine Selbsthilfe-Kontaktstelle.

Zur Verbesserung der Erreichbarkeit der Selbsthilfe-Kontaktstellen in ihren Landkreisen haben manche Einrichtungen zusätzlich Außenstellen eingerichtet.

Ein wichtiger Meilenstein der niedersächsischen Selbsthilfe-Unterstützung war 2005 die Erarbeitung eines Leistungsprofils – unter der Beteiligung aller damaligen Selbsthilfe-Kontaktstellen –, das bis

heute die strukturellen Kriterien und den Weg zur Anerkennung einer Selbsthilfe-Kontaktstelle definiert.

Grund zur Freude boten im Berichtsjahr einige Jubiläen von Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfereich:

- ▮ 40 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle in Oldenburg
- ▮ 35 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle im Landkreis Celle
- ▮ 30 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle im Landkreis Diepholz
- ▮ 25 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle im Landkreis Salzgitter
- ▮ 20 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle in den Landkreisen Osterholz-Scharmbeck, Verden, Emden und Brake
- ▮ 15 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle im Landkreis Gifhorn
- ▮ 10 Jahre Selbsthilfe-Kontaktstelle im Landkreis Schaumburg

Alle Selbsthilfe-Kontaktstellen arbeiten im Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfereich zusammen (s. Kap. 4.1). Die Landesarbeitsgemeinschaft ermöglicht viermal im Jahr einen trägerübergreifenden fachlichen Austausch für pädagogische Fachkräfte in den Selbsthilfe-Kontaktstellen. Sie vertritt die Interessen der Einrichtungen gegenüber der Politik, den Krankenkassen sowie anderen Institutionen und setzt sich für eine angemessene Förderung der Selbsthilfegruppen, -Organisationen und -Kontaktstellen ein.

Selbsthilfe-Organisationen

In den niedersächsischen Selbsthilfe-Organisationen vernetzen sich Menschen, um sich überregional für ihr Problem oder ihre Erkrankung und für die davon Betroffenen einzusetzen. 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. Die Organisationen werden fast ausschließlich durch ehrenamtliches Engagement getragen.¹

2025 meldeten sich beim Selbsthilfe-Büro Niedersachsen 108² landesweite Selbsthilfe-Organisationen, um ihre Kontaktdaten und die Themen ihrer Arbeit in das Gesamtverzeichnis „Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung in Niedersachsen“ aufnehmen zu lassen (s. Kap. 5.1).

Selbsthilfegruppen und Selbsthilfethemen

In Niedersachsen gibt es schätzungsweise 8.000 bis 9.000 Selbsthilfegruppen. Die Themen, zu denen sich Selbsthilfegruppen in Niedersachsen treffen, sind vielfältig. Bei der jährlichen Abfrage der Selbsthilfe-Kontaktstellen zu gelisteten Selbsthilfethemen in ihrer Einrichtung wurden für 2025 99 Grundthemen und über 700 differenzierte Themen erfasst.³ Die Themen waren vielfältig: Es ging um Armut,

¹ Lediglich einzelne Organisationen, wie zum Beispiel die Rheuma-Liga, die Aidshilfe oder die Multiple Sklerose Gesellschaft, werden unter anderem hauptamtlich unterstützt.

² 2024: 109 Selbsthilfe-Organisationen, 2023: 108 Selbsthilfe-Organisationen

³ Die Liste der Themen wird einmal im Jahr im Gesamtverzeichnis veröffentlicht (s. Kap. 5.1).

Behinderungen, Demenz, Krebs, Nervensystem- und psychische Erkrankungen, Stoffwechselerkrankungen, Gewalt, Sucht, Trauer, Vereinsamung u. v. m.

2.2 Gründungen und Auflösungen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen 2025

Seit einigen Jahren ermittelt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen konkrete Zahlen zu Gründungen und Auflösungen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen.

Im Folgenden werden die wichtigsten Ergebnisse aus dem Berichtsjahr vorgestellt.⁴ Für die Auswertung wurden ebenfalls Daten zu Gründungen und Auflösungen von 2019 und 2020 aus der großen landesweiten Umfrage „Befragung der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen inklusive Sonderteil Selbsthilfe und Corona in Niedersachsen“ sowie aus den Befragungen zu Gruppengründungen und -auflösungen aus den Jahren 2021, 2022, 2023 und 2024 mit einbezogen.

Wichtige Abkürzungen: Selbsthilfe-Kontaktstellen = SHK, Selbsthilfegruppe = SHG, Landkreis = LK, Gruppengründungen = GG

Gruppengründungen

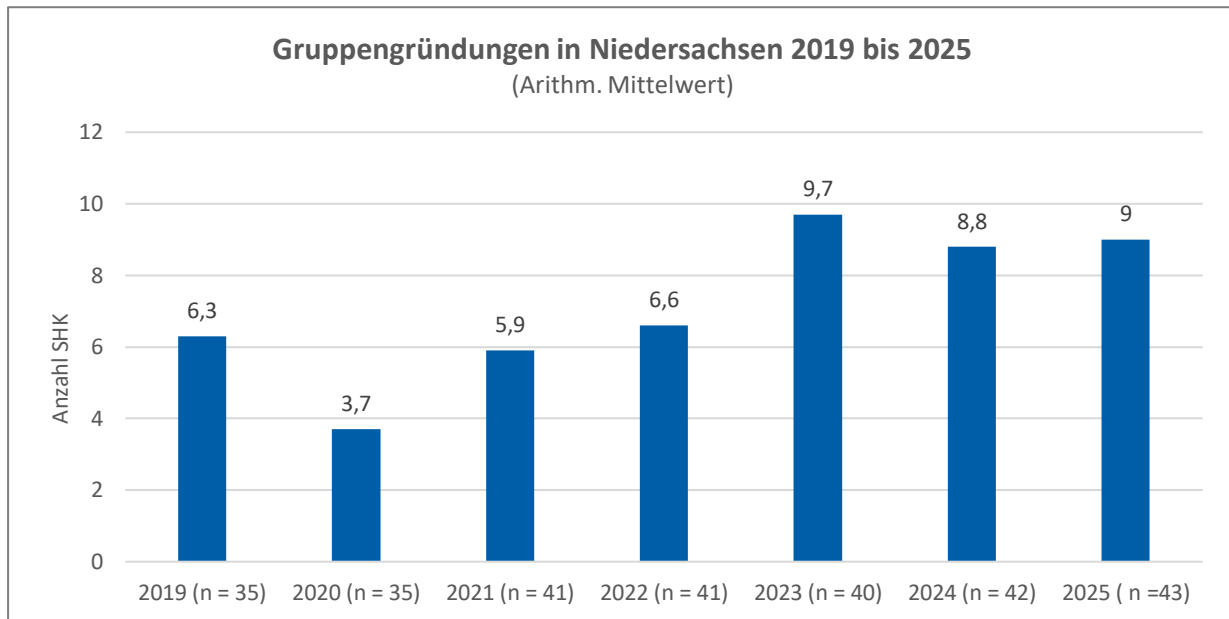
Die Anzahl der Gruppengründungen lag im Jahr 2025 durchschnittlich bei 9 GG pro LK bzw. Region (arithm. Mittelwert⁵: $n^6 = 43$) – ca. 389 Neugründungen in ganz Niedersachsen.

Die Corona-Pandemie und die Zeit kurz danach hatten einen starken Einfluss auf Gruppengründungen: Gerade im ersten Jahr der Pandemie kam es zu einem starken Rückgang in den Gründungszahlen (s. Grafik 1). Seit dem Ende der Pandemie sind die Zahlen wieder angestiegen und befinden sich seitdem auf einem konstant hohen Niveau – sogar höher als vor der Pandemie (s. Grafik 1).

⁴ Die Daten zu Gruppengründungen und -auflösungen wurden dieses Mal im Rahmen einer umfangreichen landesweiten Befragung der Selbsthilfe-Kontaktstellen, die von Januar bis März 2026 im Rahmen des Jubiläumsjahres durchgeführt wurde, erfasst. Die Ergebnisse der gesamten Befragung wurden noch nicht veröffentlicht. Dieses wird voraussichtlich im Rahmen der Jubiläumsdokumentation 2026 stattfinden.

⁵ Der arithmetische Mittelwert wird berechnet, „(...) indem man die Summe aller Merkmalswerte bildet und diese Summe durch die Anzahl der Merkmalswerte dividiert.“ Fischer, Klaus (2013): Grundlagen der Statistik. Berlin: Gabler Verlag, S. 60.

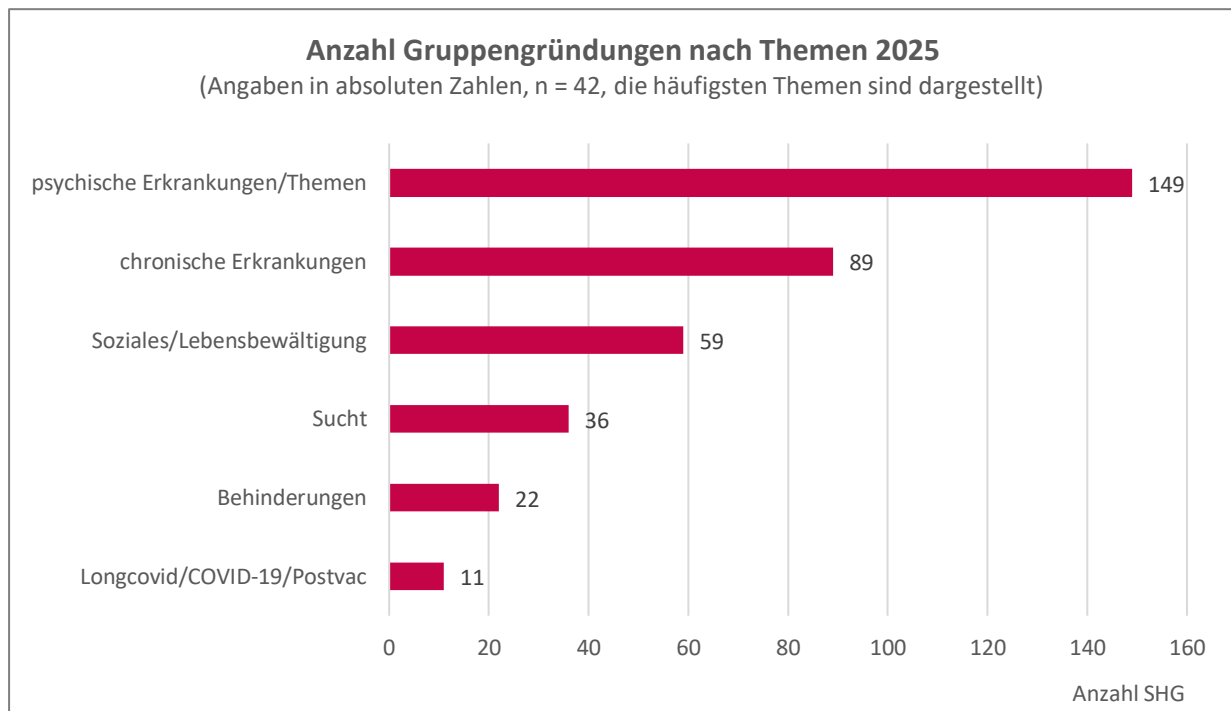
⁶ Das n gibt an, wie viele SHK die Frage beantwortet haben. Die teilnehmenden Einrichtungen beantworteten nicht immer jede Frage.



Grafik 1

Die Gründung rein digitaler Selbsthilfegruppen spielte 2025 keine wesentliche Rolle: Insgesamt wurden in Niedersachsen vier Gruppen gegründet. Während der Corona-Pandemie im Jahr 2021 waren es immerhin noch 15 GG – seitdem ist der Wert stetig gesunken.

Die meisten Neugründungen fanden im Berichtsjahr zu den Themen „psychische Erkrankungen/Themen“ (149 SHG – im Vorjahr 118 SHG) statt – mit etwas Abstand gefolgt von den chronischen Erkrankungen (89 SHG – im Vorjahr noch 103 SHG) (s. Grafik 2).⁷



Grafik 2

⁷ n = 42

Gruppenauflösungen

Im Durchschnitt lösten sich im Berichtsjahr 4,9 SHG pro LK bzw. Region auf (arithm. Mittelwert: $n = 40$) – ca. 194 SHG in ganz Niedersachsen. Im Vorjahr waren es 5,7 SHG pro LK (arithm. Mittelwert: $n = 41$). In den letzten Jahren schwankte die Anzahl der Gruppenauflösungen nur minimal: z. B. 2023 ($n = 38$): 4,7 SHG pro LK und 2022 ($n = 41$): 5,3 SHG pro LK.

Wie die Daten aus 2025 zeigen, spielte der Rücktritt der Ansprechperson (27 SHK) – wie bereits auch schon in den Jahren zuvor – eine bedeutende Rolle.⁸ Gleichbedeutend mit diesem Faktor war auch die Anzahl der Teilnehmenden: So gaben 27 SHK an, dass „zu wenig Teilnehmende“⁹ ein Grund für die Auflösung von Selbsthilfegruppen gewesen ist. An dritter Stelle stand „Krankheit bzw. Todesfall der Ansprechperson“ (16 SHK), dicht gefolgt von einem „Gruppenende, da Sinn und Zweck der Unterstützung erfüllt war“ (14 SHK).

Veröffentlichung der Ergebnisse

Die Ergebnisse werden im Rahmen der Jubiläumsveranstaltung am 13.11.2026 präsentiert sowie 2026 für Interessierte auf der Website des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen veröffentlicht.



Zu den Veröffentlichungen der vorherigen Jahre:

[Selbsthilfe in Niedersachsen 2024: Gruppengründungen und Gruppenauflösungen im Blick](#)

[Selbsthilfe in Niedersachsen 2023: Gruppengründungen und Gruppenauflösungen im Blick](#)

2.3 Tag der Selbsthilfe

Am 16. September 2025 fand erstmals der bundesweite Tag der Selbsthilfe statt. Unter dem Motto #GemeinsamStark machten Einrichtungen und Selbsthilfe-Aktive in Niedersachsen sowie im gesamten Bundesgebiet mit zahlreichen Aktionen und Veranstaltungen auf die Bedeutung und Vielfalt der gemeinschaftlichen Selbsthilfe aufmerksam. Das Spektrum reichte von Poetry-Slams über Workshops für Engagierte und Interessierte bis hin zu Beiträgen in den sozialen Medien.



Initiiert wurde der Aktionstag von der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. (DAG SHG) und der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (NAKOS). Auch im September 2026 wird der Tag der Selbsthilfe wieder mit vielfältigen Aktionen und Veranstaltungen in Niedersachsen und bundesweit begangen.

⁸ $n = 39$

⁹ Für 2025 wurde erstmalig konkret nach „zu wenig Teilnehmenden“ gefragt. Die Jahre zuvor wurde dieses nur im Rahmen einer „offenen“ Antwortmöglichkeit von SHK genannt. Daher ist dieser konkrete Wert leider mit den Daten aus den Vorjahren nicht vergleichbar.

2.4 Jubiläumsjahr 2026

2026 ist ein Jubiläumsjahr mit gleich drei besonderen Anlässen:

- ▶ 40 Jahre Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich
- ▶ 35 Jahre Landesförderung
- ▶ 35 Jahre Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

Die organisatorischen Vorbereitungen hierfür begannen bereits im Berichtsjahr. Es wurden unter anderem ein gemeinsames Motto und ein entsprechendes Logo sowie weitere Öffentlichkeitsmaterialien entwickelt.



Auch die ersten Schritte für den Jubiläumskongress am 13. November 2026 wurden eingeleitet sowie zwei landesweite Umfragen für Anfang 2026 vorbereitet – eine für Selbsthilfe-Kontaktstellen und eine für Selbsthilfe-Organisationen. Weitere begleitende Aktionen, beispielsweise die Planung eines Foto-kalenders, wurden ebenfalls angestoßen.

3 Selbsthilfeförderung

3.1 Finanzielle Förderung der Selbsthilfe-Unterstützung durch das Land Niedersachsen

Richtlinie zur Förderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen und des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen

Die Richtlinie zur Förderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen und des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen ist am 1. Januar 2026 in Kraft getreten. Das Länderbüro wird gemeinsam mit dem Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich die Umsetzung begleiten.

Besserstellungsverbot in Niedersachsen

2025 bestanden weiterhin Unsicherheiten und Probleme in Bezug auf die Anwendung der standardisierten Durchschnittssätze. Im Bereich der freiwilligen Leistungen des Landes, die zum einen Projektförderung sind, zum anderen aber über Jahrzehnte dauern, ist dieses Instrument aus Sicht der Träger der Einrichtungen nicht geeignet.

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen wird sich daher weiterhin für die Förderung der tariflichen Bezahlung von Angestellten der Selbsthilfe-Infrastruktur einsetzen.

3.2 Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen gemäß § 20h SGB V

Die Förderung durch die gesetzliche Krankenversicherung – GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen – erfolgte 2025 wie in den Jahren zuvor. Bei den Vergabesitzungen zur Förderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen und Selbsthilfe-Organisationen wurden von Seiten der GKV Vorschläge für das Fördersystem unterbreitet, die in den zwei Beiräten gemeinsam diskutiert und besprochen wurden. Problemfälle wurden soweit möglich zugunsten der Antragstellenden gelöst.

In den Beiräten engagieren sich folgende Organisationen bzw. Einrichtungen:

- Im Beirat zur Förderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen sind Mitglieder der Landesarbeitsgemeinschaft Freie Wohlfahrtspflege vertreten (AWO, Caritas, Diakonie und Paritätischer) sowie eine Vertreterin der Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe-Kontaktstellen und das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen.
- Der Beirat zur Förderung der landesweiten Selbsthilfe-Organisationen wurde durch eine Wahl demokratisch legitimiert. Ihm gehören folgende landesweiten Organisationen bzw. Einrichtungen an: Schlaganfall Landesverband Niedersachsen, Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter (BSK), Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke (DGM), Arbeitsgemeinschaft der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen (AANB), Frauenselbsthilfe Krebs und Selbsthilfe-Büro Niedersachsen.

Der Sollwert je Versicherten wurde 2025 erhöht und betrug 1,36 Euro pro Versicherten und Jahr. Die

dadurch zur Verfügung stehende Summe für Niedersachsen betrug insgesamt rund 5,5 Mio. Euro für alle Förderebenen (Selbsthilfegruppen, Selbsthilfe-Kontaktstellen und landesweite Selbsthilfe-Organisationen). Diese konnten von der GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen aus den Restmitteln der letzten Jahre aufgestockt werden, so dass fast allen Anträgen in der benötigten Höhe entsprochen werden konnte.

In Abstimmung mit den Selbsthilfevertretungen wurden auch für 2026 Restmittel zurückgehalten, so dass im Falle einer schwierigen Finanzsituation etwaige Kürzungen geringgehalten werden können.

3.3 Selbsthilfe und Pflege: Förderung gemäß § 45d SGB XI

Im Bereich der Selbsthilfe Pflegebedürftiger und Pflegender Angehöriger wurde 2025 wie in den Vorjahren gefördert. Nach wie vor sind sowohl die Förderrichtlinie selbst als auch die Umsetzung derselben für die Selbsthilfe-Unterstützung und für die geförderten Selbsthilfegruppen teilweise herausfordernd.

Die Richtlinie zur Förderung nach § 45d SGB XI wurde bis zum 31. Dezember 2026 verlängert. Dieses Zeitfenster soll von Seiten der Selbsthilfe für eine Verbesserung der Fördersituation genutzt werden.

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen hatte Ende 2023 in einer Umfrage die Förderung evaluiert ([siehe hierzu Jahresbericht 2024, S. 14](#)). Auf dieser Grundlage setzt sich das Länderbüro für weitere Verbesserungen der Richtlinie und ihrer Umsetzung ein.

Termine & Veranstaltungen

- | | |
|---------------|---|
| 16.01. | Treffen mit der LAGFW, dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und den Sprecherinnen des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich zu § 20h SGB V, digital |
| 07.02. | Vorbereitungstreffen mit Selbsthilfe-Organisationen und dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen für die Vergabesitzung Runder Tisch GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen, Burgdorf |
| 13.02. | Treffen mit der LAGFW, dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und den Sprecherinnen des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich zu § 45d SGB XI, digital |
| 04.03. | Runder Tisch GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen, Vergabesitzung zur Förderung der Selbsthilfe-Organisationen, Sarstedt |
| 04.03. | Runder Tisch GKV-Selbsthilfeförderung Niedersachsen, Vergabesitzung zur Förderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen, Sarstedt |
| 04.07. | Fachaustausch Kommunale Förderung, DAG SHG, digital |
| 21.08. | Treffen des Beirats zur GKV-Selbsthilfeförderung der Selbsthilfe-Organisationen, digital
(+ ein weiterer Termin im Berichtsjahr) |
| 06.10. | Runder Tisch GKV-Selbsthilfeförderung der Selbsthilfe-Organisationen, digital |
| 07.10. | Runder Tisch GKV-Selbsthilfeförderung der Selbsthilfe-Kontaktstellen, digital |

4 Selbsthilfe-Unterstützung

4.1 Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

Der Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich kam im Jahr 2025 zu insgesamt vier landesweiten Sitzungen zusammen. Zwei Sitzungen fanden in Präsenz in Hannover statt, zwei weitere wurden online durchgeführt. Durchschnittlich nahmen 32 Personen an den Sitzungen teil. Die inhaltliche sowie organisatorische Vor- und Nachbereitung erfolgte durch das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen in Abstimmung mit den vier Sprecherinnen des Arbeitskreises.



Fachkräfte aus den niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen und Mitarbeiterinnen des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen beim Arbeitskreis am 22. Mai 2025 im Stephansstift, Hannover

Auf den Sitzungen beschäftigten sich die Teilnehmenden mit einer Reihe fachlicher Themen, so z. B. mit der Klärung von Kriterien zur Definition und Abgrenzung von Selbsthilfegruppen, um mehr Sicherheit bei der fachlichen Einschätzung – besonders bei Neugründungen und gegenüber Fördermittelgebenden – zu schaffen. Selbsthilfegruppen basieren auf gemeinsamer Betroffenheit (auch von Angehörigen) und auf Prinzipien wie Freiwilligkeit, Kostenfreiheit, Vertraulichkeit, Eigenverantwortung, Offenheit, Gleichberechtigung, Regelmäßigkeit sowie politischer, weltanschaulicher und finanzieller Unabhängigkeit. Dauerhafte professionelle Anleitung ist ausgeschlossen. Im Mittelpunkt stehen vor allem persönlicher Austausch und gegenseitige Unterstützung. Die Gruppe muss sich selbst als Selbsthilfegruppe verstehen – ihre Ziele richten sich nach den Belangen der Mitglieder. Auch offene oder digitale Formate zählen dazu, wenn sie die Kriterien erfüllen. Keine Selbsthilfegruppen sind z. B. Bildungsangebote, politische Gruppen, Freizeit- oder Sportaktivitäten sowie therapeutisch angeleitete Maßnahmen wie Funktionstraining oder Rehasport.



Arbeitskreissprecherin Henrike Nielsen (stehend l.) und Anja Eberhardt vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen (stehend r.) bei der Arbeitskreissitzung am 26. August 2025

Der Arbeitskreis beschäftigte sich außerdem intensiv mit der Frage, welche Aufgaben und welche fachliche Haltung Selbsthilfe-Unterstützer*innen auszeichnen und wo ihre Grenzen liegen. Seit der Corona-Pandemie hat sich die Arbeit in den Einrichtungen verdichtet, da Gruppen und Einzelpersonen häufiger und mit höheren Erwartungen Unterstützung suchen. Dadurch geraten die Fachkräfte zunehmend zwischen ihr eigenes Verständnis von Unterstützung, ihre begrenz-

ten Ressourcen sowie die Erwartungen der Gruppen und mögliche Anforderungen der Träger. Im gemeinsamen Austausch stand im Fokus, wie entschieden werden kann, welche Anliegen berechtigt sind, und wie Entscheidungen – für oder gegen die Erfüllung von Erwartungen – gut vertreten werden können.

Auf großes Interesse stieß auch die Einladung von Mareike Bißmeier und Laurens Frederking von der Landesvereinigung für Gesundheit und Agentur für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V. (LVG & AfS). Sie stellten das Projekt „teamw()rk für Gesundheit und Arbeit“ in der Dezembersitzung vor. Das Projekt dient der Gesundheitsstärkung und Förderung der Arbeitsfähigkeit erwerbsloser Menschen. Ankerpunkt sind die Jobcenter – es werden jedoch innerhalb des Projekts verschiedene Akteur*innen aus der Arbeits- und Gesundheitsförderung sowie dem Sozialbereich und der Verwaltung zusammengebracht, um möglichst niedrigschwellige Angebote zu etablieren. Hierbei kann auch die Selbsthilfe eine wichtige Rolle einnehmen. Im Anschluss an den Besuch bemühten sich viele Selbsthilfe-Kontaktstellen um einen Kontakt zu den Gesundheitsberater*innen in den regionalen Jobcentern.

Auf den Arbeitskreistreffen im Jahr 2025 nahm das Thema der Förderung von Selbsthilfe-Kontaktstellen und Selbsthilfegruppen (s. Kap. 3) erneut einen breiten Raum ein. Fortlaufend wurden Informationen zu den Fördermöglichkeiten nach § 20h SGB V (Pauschal- und Projektförderung der gesetzlichen Krankenversicherung für die Selbsthilfe in Niedersachsen) sowie nach § 45d SGB XI (Förderung der Pflegeselbsthilfe durch Land und Pflegekassen) und zur Landesförderung vermittelt und hierzu beraten. Besonders die bevorstehende Neufassung der Förderrichtlinie nach § 45d SGB XI sowie die Umsetzung der bisherigen Förderung durch das Landesamt stellten zentrale Themen für die Fachkräfte der Einrichtungen dar.

Weitere Themen waren u. a. die Patientenvertretung nach § 140f SGB V, der erste bundesweite Tag der Selbsthilfe oder das 2026 anstehende Jubiläumsjahr für die Selbsthilfe in Niedersachsen, u. a. das 40-jährige Jubiläum des Arbeitskreises (s. Kap. 2.4).

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle für den Landkreis Oldenburg in Wildeshausen, die bislang als Selbsthilfe-Kontaktstelle im Aufbau tätig war, erhielt nach der Präsentation ihrer Arbeit die offizielle vollständige Anerkennung durch den Arbeitskreis. Damit gelten nur noch vier Selbsthilfe-Kontaktstellen als sich „im Aufbau“ befindend, da ihr Aufgabenangebot bislang nicht das für eine Selbsthilfe-Kontaktstelle empfohlene vollständige Aufgabenprofil abdeckt.

Die Sprecherinnen des Arbeitskreises übernehmen gemeinsam mit dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die Aufgabe, die fachlichen, politischen sowie förderbezogenen Belange der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen auf Landes- und Bundesebene zu vertreten. Dies geschieht unter anderem in verschiedenen Gremien, etwa im Rahmen des sogenannten Runden Tisches zur Umsetzung der GKV-Selbsthilfeförderung gemäß § 20h SGB V in Niedersachsen (s. Kap. 3.2). Auf Bundesebene wird der Arbeitskreis im Länderrat vertreten, dem jährlich stattfindenden bundesweiten Forum zum fachlichen Austausch aller Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfe-Kontaktstellen sowie der Einrichtungen der DAG SHG (s. Kap. 6.4). Darüber hinaus nehmen die Sprecherinnen gemeinsam mit dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen an den Sitzungen des bundesweiten Fachausschusses Pflegeselbsthilfe der DAG SHG teil (s. Kap. 6.7). Umgekehrt vertritt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die Anliegen des Arbeitskreises in landesweiten Zusammenhängen und Gremien (s. Kap. 6).

Anfang 2025 gab es ein Treffen zwischen der niedersächsischen Landesbeauftragten für Menschen mit Behinderungen, Annetraud Grote, dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen und einigen Arbeitskreissprecherinnen. Frau Grotes Anliegen ist es, das Thema Inklusion in allen Gesellschaftsbereichen zu verankern und die gleichberechtigte Teilhabe und selbstbestimmte Lebensführung von Menschen mit Behinderungen voranzutreiben. Damit trifft sie die Anliegen vieler Betroffener in der Selbsthilfe. Zahlreiche Selbsthilfe-Aktive engagieren sich bereits seit vielen Jahren in diesem Bereich.

4.2 Fortbildungen und Veranstaltungen

„Krisen in Selbsthilfegruppen“ – Fortbildung für Fachkräfte in der Selbsthilfe-Unterstützung

Konflikte und Phasen der Unsicherheit lassen sich im Verlauf der Arbeit in Selbsthilfegruppen kaum vermeiden. Viele dieser Herausforderungen können Gruppen eigenständig bearbeiten und lösen. In manchen Fällen jedoch – insbesondere dann, wenn sich aus einem Problem eine Krise entwickelt – ist die Unterstützung durch die Selbsthilfe-Kontaktstelle notwendig. Vom 29. bis 30. September 2025 befassten sich daher die dreizehn Teilnehmer*innen der Fortbildung mit verschiedenen Aspekten: Dazu gehörten typische Konfliktfelder und Krisenanlässe innerhalb von Selbsthilfegruppen sowie angemessene Formen der Beratung in unterschiedlichen Problemsituationen. Darüber hinaus wurde weiteren Fragen nachgegangen, z. B. wann ein direktes Eingreifen in die Gruppe sinnvoll ist oder wie lange eine Begleitung dauern sollte. Außerdem wurde besprochen, welche Methoden und Impulse Gruppen dabei unterstützen können, eigenständige Lösungen zu entwickeln und zukünftigen Krisen vorzubeugen.

Ein weiterer Schwerpunkt der Fortbildung lag auf der Reflexion eigener Erfahrungen: Was stärkt die Mitarbeitenden in Selbsthilfe-Kontaktstellen, sicher aufzutreten? Was brauchen sie, um sich sicherer zu fühlen? Welche Strategien helfen, sich in der eigenen professionellen Rolle zu schützen? Zudem konnten aktuelle Entwicklungen mit Krisenpotenzial thematisiert werden, wie etwa der Umgang mit demokratiefeindlichen Haltungen oder Verschwörungserzählungen innerhalb von Selbsthilfegruppen.

Dabei wurde betrachtet, welche Handlungsoptionen sowohl die Gruppen selbst als auch Selbsthilfe-Unterstützer*innen haben.



Teilnehmende der Fortbildung und Referentin Helga Schneider-Schelte (Mitte)

Die Veranstaltung wurde von Helga Schneider-Schelte durchgeführt. Sie ist Diplom-Sozialpädagogin, Familientherapeutin und Supervisorin und verfügt über langjährige Erfahrung in der Begleitung und Fortbildung von Selbsthilfegruppen sowie von Mitarbeitenden in Selbsthilfe-Kontaktstellen.

„Suizidprävention“ – Workshop für Aktive aus landesweiten Selbsthilfe-Organisationen sowie für Fachkräfte in der Selbsthilfe-Unterstützung

In Deutschland sterben jährlich über 10.000 Menschen durch Suizid. Diese Zahl entspricht der Kapazität von etwa 400 vollbesetzten U-Bahn-Waggons und verdeutlicht die Relevanz und Dringlichkeit des Themas Suizidprävention.

Der Online-Workshop fand am 18. November 2025 statt und richtete sich in erster Linie an Aktive aus niedersächsischen Selbsthilfe-Organisationen. Aufgrund des großen Interesses seitens der Fachkräfte aus Selbsthilfe-Kontaktstellen wurde der Workshop auch für diese geöffnet. Mit 18 Teilnehmer*innen war der Workshop ausgebucht.

Dieser behandelte die Fragen, wie Menschen in suizidalen Krisen unterstützt und wie Anzeichen von Suizidgefährdung erkannt werden können und welche verbreiteten Annahmen und Mythen zu diesem Thema bestehen. Zudem wurde erläutert, weshalb bestimmte Jahreszeiten statistisch als kritischer gelten und inwieweit suizidpräventive Maßnahmen Handlungssicherheit bieten können.

Im Verlauf des vierstündigen Seminars erhielten die Teilnehmenden einen Überblick über die gesellschaftliche Bedeutung von Suizidalität, lernten häufige Irrtümer und Mythen kennen und erwarben zusätzliche Handlungskompetenzen im Umgang mit suizidalen Krisensituationen – einschließlich

grundlegender Elemente der Ersten Hilfe. Darüber hinaus wurde ein einfaches Kommunikationsmodell vorgestellt, das auf Gespräche in solchen Kontexten anwendbar ist. Die Verarbeitung eigener Verlusterfahrungen durch Suizid war ausdrücklich nicht Bestandteil des Workshops.

Die Referentin Nora Fieling verfügt sowohl über persönliche als auch über fachliche Erfahrung im Themenfeld. Ergänzend zu ihren persönlichen Erfahrungen hat sie Weiterbildungen zur Ex-In-Genesungsbegleiterin, Resilienztrainerin und Mental Health First Aider absolviert. Sie arbeitet mit Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften zusammen und engagiert sich ehrenamtlich als Fachbeirätin bei der Berliner Fachstelle Suizidprävention.

Fachaustausch Pflegeselbsthilfe in Niedersachsen

Im Jahr 2025 kam die Runde der Fachkräfte aus den Selbsthilfe-Kontaktstellen zweimal – am 7. Mai und 6. November – online zum fachlichen Austausch zur Pflegeselbsthilfe zusammen. An beiden Terminen nahmen jeweils 16 Personen teil. Im Mittelpunkt stand der Austausch zur Situation der Pflegeselbsthilfe in den einzelnen Landkreisen, die sich sehr unterschiedlich darstellt: In einigen Einrichtungen bestehen bereits Pflegeselbsthilfegruppen, so dass dort umfangreiche Erfahrungen bezüglich des Aufbaus vorhanden sind und Unterstützung möglich ist. Andere Selbsthilfe-Kontaktstellen befinden sich noch in der Anfangsphase und profitieren entsprechend von den Erfahrungen der anderen Teilnehmenden.

Die fachlichen Gespräche befassten sich unter anderem mit der Etablierung der Pflegeselbsthilfe in den Selbsthilfe-Kontaktstellen sowie mit Möglichkeiten, pflegende Angehörige für die Selbsthilfe zu erreichen. Ein weiterer Schwerpunkt lag auf der Frage, wie Pflegeselbsthilfegruppen angemessen unterstützt werden können. Hier zeigten sich unterschiedliche Einschätzungen: Einige Fachkräfte betrachten eine engere Begleitung der Betroffenen aufgrund deren hoher Belastung als hilfreich oder notwendig. Andere handhaben die Unterstützung analog zu anderen Selbsthilfegruppen und berichten ebenfalls von positiven Erfahrungen.

Neben den fachlichen Themen wurden regelmäßig Fragen zur Umsetzung der aktuellen Richtlinie nach § 45d SGB XI sowie zur geplanten Überarbeitung der Richtlinie (s. Kap. 3.3) diskutiert. Die Runde erarbeitete Vorschläge zur Verbesserung der Anwendungsfreundlichkeit – sowohl für Selbsthilfegruppen als auch für die Selbsthilfe-Kontaktstellen. Es ist vorgesehen, diese Anregungen an das zuständige Ministerium weiterzugeben.

Fachaustausch Junge Selbsthilfe in Niedersachsen

Seit Jahren widmet sich die Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen auch der Zielgruppe junger Menschen. In vielen Landkreisen haben die Selbsthilfe-Kontaktstellen bereits spezielle Konzepte und Strategien entwickelt, um junge Menschen anzusprechen und in die Selbsthilfe einzubinden.

Um den Austausch unter den Fachkräften zu fördern, organisiert das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen seit 2018 zweimal jährlich das digitale Fachtreffen Junge Selbsthilfe.

2025 fanden die Treffen am 25. Juni und 10. Dezember statt. Die Veranstaltungen bieten Fachkräften eine Plattform, um Erfahrungen zu teilen und gemeinsam neue Ideen und Konzepte für die Arbeit mit jungen Selbsthilfe-Interessierten und -Aktiven zu entwickeln.

Im Fokus der Diskussionen standen im Berichtsjahr insbesondere die Kooperation mit Bildungseinrichtungen, die Begleitung junger Gruppen sowie die kritische Reflexion bestehender Angebote in der Jungen Selbsthilfe. Zudem war im Juni Magdalena Schmidramsl vom Länderbüro in Nordrhein-Westfalen,

KOSKON, zu Besuch und berichtete über die Junge Selbsthilfe in ihrem Bundesland sowie über das Thema „Wie sich FoMO (Fear of Missing Out) auf die Selbsthilfe für junge Menschen auswirkt“.¹⁰

4.3 Patientenbeteiligung gemäß § 140f SGB V in Niedersachsen

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen unterstützt mit der Patientenbeteiligung nach § 140f SGB V eine Reihe von landesweiten Selbsthilfe-Organisationen bei der Ausübung ihrer Ehrenämter.

Nach der Neuernennung in allen Ausschüssen der Bedarfsplanung hat sich die Arbeit der neuen Koordinierungsgruppe und insbesondere die Arbeit des Sprecher*innenteams weiter konsolidiert.

Das Sprecher*innenteam der Koordinierungsgruppe nahm regelmäßig an den neu eingerichteten bundesweiten Austauschtreffen der Bundesländer teil.

Im März 2025 fand in den Räumen des Blinden- und Sehbehindertenverbandes Niedersachsen eine gut besuchte Fortbildungs- und Austauschveranstaltung für die Ehrenamtlichen der niedersächsischen Bedarfsplanungsgremien statt. Ein Vortrag des Referenten im Team Patientenbeteiligung NRW, Jan Kaßner, informierte über Grundsätze der Patientenbeteiligung, danach diskutierten die Teilnehmenden über Rahmenbedingungen und Inhalte ihrer Arbeit in den Gremien der Kassenärztlichen Vereinigung (KV) und der Kassenzahnärztlichen Vereinigung (KZV) in Niedersachsen.

Die Veranstaltung zeigte einmal mehr, dass es dringend mehr Möglichkeiten zum Austausch und zur Unterstützung der Engagierten in diesem Bereich bedarf. Diese können aufgrund fehlender Finanzierung nicht angemessen in ihrem Amt begleitet werden. Eine Stabsstelle wie in Nordrhein-Westfalen wäre auch für Niedersachsen sehr sinnvoll.

Die fehlende Finanzierung und damit fehlende Personalkapazitäten bedingen auch den Umstand, dass bisher keine strukturierte Ernennung von sachkundigen Personen für die Qualitätssicherung möglich war. Dies wird erst nach und nach mit den vorhandenen ehrenamtlichen Ressourcen der Koordinierungsgruppe umgesetzt werden können.

4.4 Arbeitshilfe Kartenspiel

Die Arbeitshilfe „Wie geht’s? Wie steht’s? Spielerische Impulse für Selbsthilfegruppen“ ist ein Kartenspiel, das Selbsthilfegruppen dabei unterstützt, gruppeninterne Prozesse auf einfache und spielerische Weise zu reflektieren. Es regt dazu an, sich mit Rollen, Erwartungen, Kommunikationsmustern, Gruppendynamischen Herausforderungen und der Beziehung zum Umfeld auseinanderzusetzen.



¹⁰ Ein Vortrag zu diesem Thema findet sich in der Tagungsdokumentation der DAG SHG Jahrestagung 2025 – [Link](#).

Entwickelt wurde das Spiel 2016 im Selbsthilfe-Büro Niedersachsen gemeinsam mit Fachkräften aus niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen und erfreut sich seither großer Nachfrage – sowohl in Niedersachsen als auch bundesweit. Es wurde bereits mehrmals nachgedruckt.

Nachdem der Bestand im Länderbüro bereits seit Längerem vergriffen war, wurde ein erneuter Nachdruck notwendig, um den weiterhin hohen Bedarf zu decken. Mit der Förderung durch den BKK Landesverband Mitte konnte das Projekt im Berichtsjahr umgesetzt werden. Inhaltlich blieb das Kartenspiel unverändert, erhielt jedoch kleinere Aktualisierungen und wurde in einer hohen Auflage neu gedruckt.

Die Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen wurden bereits umfassend beliefert, Selbsthilfe-Organisationen nach gemeldetem Bedarf versorgt und ein zentraler Bestand wird für weitere Anfragen – insbesondere auch aus den Bundesländern des BKK Landesverbands Mitte – vorgehalten. In Ausnahmefällen werden Anfragen nach Einzelexemplaren aus weiteren Bundesländern bedient. Die Ausgabe erfolgt weiterhin kostenfrei.

Rückmeldungen aus der Praxis bestätigen, dass das Kartenspiel lebendige Diskussionen anregt, das Ansprechen auch schwieriger Themen erleichtert und Gruppen bei der Klärung von Rollen sowie bei der Verbesserung ihrer Kommunikation unterstützt. Gerade langjährig bestehende Selbsthilfegruppen schätzen die Impulse zur erneuten Selbstreflexion.

Termine & Veranstaltungen

- | | |
|-------------------|---|
| 30.01. | Treffen der Sprecherinnen des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital (+ vier weitere Termine im Berichtsjahr) |
| 17.02. | Konstituierende Sitzung des Sprecherinnenteams des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, Hannover |
| 26.02. | Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, digital und in Hannover (+ drei weitere Termine im Berichtsjahr) |
| 14.03. | Fortbildungs- und Austauschveranstaltung für die Ehrenamtlichen der niedersächsischen Bedarfsplanungsgremien, Hannover |
| 07.05. | Niedersächsischer Fachaustausch Pflegeselbsthilfe, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, digital (+ ein weiterer Termin im Berichtsjahr) |
| 25.06. | Niedersächsischer Fachaustausch Junge Selbsthilfe, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, digital (+ ein weiterer Termin im Berichtsjahr) |
| 17.07. | Beratung AOK Niedersachsen zum Thema Umfrage für Selbsthilfegruppen, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, digital |
| 06.08. | Planungstreffen Kooperationsveranstaltung zum Thema Junge Selbsthilfe, KOSKON und Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, digital (+ drei weitere Termine im Berichtsjahr) |
| 19.09. | Jubiläumsfeier Selbsthilfe-Kontaktstelle in Oldenburg, BeKos, Teilnahme, Oldenburg |
| 29.–30.09. | Fortbildung „Krisen in Selbsthilfegruppen“, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover |
| 18.11. | Workshop „Suizidprävention“, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, digital |

5 Informationspool

In diesen Aufgabenbereich des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen fallen z. B. die Datenbank, die Referent*innendatenbank, die Suchfunktion Seltene Themen, die Website, Öffentlichkeitsmaterialien und Arbeitshilfen. Ein zentraler Bestandteil des Informationspools ist seit Jahrzehnten das jährlich herausgegebene Gesamtverzeichnis zu Themen und Adressen in Niedersachsen.



In Vorbereitung auf das Jubiläumsjahr der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in Niedersachsen (s. Kap. 2.1) stand im Berichtsjahr vor allem die Entwicklung verschiedener anlassbezogener Öffentlichkeitsmaterialien (Logo, Plakate, Aufkleber, Stifte etc.) im Fokus.

5.1 Gesamtverzeichnis

Seit über 30 Jahren veröffentlicht das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen die Verzeichnisse zur Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung in Niedersachsen. Sie dienen Betroffenen, Angehörigen sowie Fachkräften als zentrale Orientierungshilfe und erleichtern die Kontaktaufnahme zu Selbsthilfe-Kontaktstellen und landesweiten Selbsthilfe-Organisationen. Darüber hinaus unterstützen sie eine zielgerichtete Suche nach passenden Selbsthilfegruppen.

Die Verzeichnisse wurden kontinuierlich weiterentwickelt und an aktuelle Bedarfe angepasst. Wichtige Inhalte stehen auch in Leichter Sprache zur Verfügung, um den Zugang zu Informationen möglichst barrierearm zu gestalten.

Das Gesamtverzeichnis 2025 enthält:

- ▮ **Themen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen**
- ▮ **landesweite Selbsthilfe-Organisationen in Niedersachsen**
- ▮ **niedersächsische Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich**

Themen von Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

Grundlage für das Themenverzeichnis ist die jährliche Erhebung der bei den Selbsthilfe-Kontaktstellen gemeldeten Grundthemen regionaler Selbsthilfegruppen.

Diese systematische Erfassung ermöglicht eine themenspezifische Suche und vermittelt zugleich einen Überblick über das breite Spektrum der Selbsthilfe in Niedersachsen. Durch die regelmäßige Aktualisierung können längerfristige Entwicklungen bei den Selbsthilfethemen erkannt und in die fachliche Arbeit einbezogen werden.

Über den Index und eine tabellarische Übersicht lassen sich zudem spezifische Zielgruppen und Themen identifizieren, etwa Selbsthilfegruppen für Menschen mit Migrationsgeschichte oder Gruppen mit dem Schwerpunkt psychische Gesundheit.

Landesweite Selbsthilfe-Organisationen in Niedersachsen

Das Gesamtverzeichnis enthält ebenfalls die Kontaktdaten landesweit tätiger Selbsthilfe-Organisationen in Niedersachsen. Über die strukturierte Indexsuche können Interessierte gezielt nach passenden Ansprechstellen suchen und direkt Kontakt aufnehmen.

Niedersächsische Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

Ergänzend informiert das Gesamtverzeichnis über die Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen. Neben den Kontaktdaten der Hauptstandorte werden z. B. auch Außenstellen, Sprechzeiten sowie die in den Einrichtungen gesprochenen Sprachen aufgeführt.

5.2 Seltene Themen

Die Suchfunktion „Seltene Selbsthilfethemen“ ist ein besonderes Angebot auf der Website des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen. Es eröffnet Menschen mit seltenen Erkrankungen oder ungewöhnlichen Problemlagen die Möglichkeit, nach Gleichbetroffenen zu suchen und erste Kontakte zu knüpfen. Das Angebot richtet sich jedoch nicht nur an Menschen mit tatsächlich seltenen Erkrankungen – auch Betroffene, deren Anliegen zwar häufiger vorkommen, für die es in ihrer unmittelbaren Umgebung jedoch kaum Austauschmöglichkeiten gibt, können sich melden. Ein kurzer Eintrag reicht – das



Selbsthilfe-Büro Niedersachsen nimmt daraufhin Kontakt auf und stellt ein Austauschgesuch auf seine Website bzw. vermittelt Interessierte an Inserierende weiter. Auch Selbsthilfe-Kontaktstellen nutzen das Angebot für Themen, die in ihrem jeweiligen Landkreis nur selten vorkommen.

Im Laufe des Jahres 2025 gingen zahlreiche Gesuche ein, und es konnten mehrere erfolgreiche Vermittlungen erreicht werden.

5.3 Flyer „Selbsthilfegruppen in Niedersachsen: Probleme? Sprich drüber :)“

Der Flyer „Selbsthilfegruppen in Niedersachsen“ aus dem Jahr 2014 wurde im Berichtsjahr inhaltlich überarbeitet, sprachlich angepasst und gestalterisch modernisiert. Ziel war es, die Informationen zu Selbsthilfegruppen in Niedersachsen zeitgemäß, übersichtlich und möglichst barrierearm aufzubereiten. In diesem Zuge wurde zusätzlich eine Fassung in Leichter Sprache entwickelt.



Da viele Selbsthilfe-Kontaktstellen und Selbsthilfe-Organisationen bislang nicht über eigene Materialien in Leichter Sprache verfügen, bietet der neue Flyer eine wichtige Unterstützung. Er ermöglicht einen niedrigschwelligen Zugang zu Informationen und unterstützt dabei, mehr Menschen zu erreichen.

Für die Erstellung des Flyers in Leichter Sprache wurde – wie bereits in anderen Projekten zum Thema Leichte Sprache – mit dem Büro für Leichte Sprache der Lebenshilfe Braunschweig zusammengearbeitet. Gefördert wurde das Projekt von der hkk Krankenkasse.

6 Vernetzung & Kooperationen

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

- ▮ Koordinierungsgruppe Patientenbeteiligung Niedersachsen (Verwaltung und Koordination)
- ▮ Länderrat (bundesweites Treffen der Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe-Kontaktstellen)
- ▮ Fachtreffen der Landeskontaktstellen
- ▮ Niedersachsen-Ring (Beirat zur Förderung des bürgerschaftlichen Engagements)
- ▮ Arbeitskreis Patientenrechte und -informationen in Niedersachsen
- ▮ Fachbeirat Landesstützpunkt Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen
- ▮ Landesinitiativentreffen
- ▮ Landesarbeitsgemeinschaft Freie Wohlfahrtspflege (LAGFW)
- ▮ Fachtreffen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. und deren Einrichtungen
- ▮ u. v. m.

Auch auf Veranstaltungen und Tagungen wirkt das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen mit, im Berichtsjahr z. B. in einem Workshop auf der Jahrestagung des Projektes teamw()rk der LVG & AfS „In Zeiten von Wandel und Krise – Gesundheits- und Arbeitsförderung gemeinsam weitergedacht“ sowie mit einem Stand beim Netzwerktreffen desselben Projektes in Bremen.



Anja Eberhardt (l.) und Elke Tackmann (r.) vom Selbsthilfe-Büro Niedersachsen beim Netzwerktreffen des Projektes teamw()rk in Bremen

6.1 Jahrestagung der DAG SHG

Vom 2. bis 4. Juni 2025 fand in Aachen die 45. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. (DAG SHG) statt. Unter dem Motto „Selbsthilfe für alle – Vielfalt leben, Gesundheit stärken“ rückte die Veranstaltung die Bedeutung von Diversität in der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in den Mittelpunkt. Rund 150 Teilnehmende diskutierten an drei Tagen intensiv miteinander und setzten sich mit aktuellen Fragen und Entwicklungen der Selbsthilfe auseinander.

In Vorträgen, Diskussionen und weiteren Programmpunkten wurden die unterschiedlichen Facetten von Vielfalt beleuchtet. Praxisnahe Beispiele gelebter Diversität sowie erfolgreiche Kooperationen verdeutlichten, wie vielfältig Selbsthilfe in Deutschland bereits aufgestellt ist. Dabei wurde immer wieder die zentrale Frage aufgegriffen, wie Diversität in der Selbsthilfe weiter gestärkt und nachhaltig verankert werden kann.

Eröffnet wurde die Tagung von Hürrem Tezcan-Güntekin von der Alice Salomon Hochschule Berlin mit einem Vortrag unter dem Titel „Diversität und Intersektionalität: Heranführung an das Thema unter Einbeziehung wissenschaftlicher Erkenntnisse“.



Sabine Bütow (l.) und André Beermann (r.) vom Vorstand der DAG SHG kündigen den Eröffnungsvortrag der Tagung an.

Am zweiten Tag fanden vormittags und nachmittags insgesamt zehn Workshops statt, von denen die Teilnehmenden jeweils zwei besuchen konnten. Workshopthemen waren unter anderem „Verantwortung teilen – Gruppe aktivieren“, „Wie Selbsthilfe in verschiedenen kulturellen Kontexten funktionieren kann“, „ANDERS & GLEICH – Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt in der Selbsthilfe“, „Vielfältig engagiert im Gesundheitssystem“ u. v. m. Die Workshops boten Raum für Austausch und Praxisreflexion sowie neue Impulse für die eigene Arbeit. Im Anschluss kamen die Mitglieder der DAG SHG zur Mitgliederversammlung zusammen.

Den Abschluss der Jahrestagung bildete ein Vortrag der Diversity-Managerin İdil Efe zum Thema „Vielfalt stärken: Diversität in der Selbsthilfe als Chance und Herausforderung“.

Seit vielen Jahrzehnten bringt die Jahrestagung Fachkräfte aus Selbsthilfe-Kontaktstellen sowie Selbsthilfe-Aktive und Multiplikator*innen der Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung aus ganz Deutschland zusammen. Als Einrichtung der DAG SHG ist das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen jährlich an der Planung und Durchführung der bundesweiten Veranstaltung beteiligt und trägt so maßgeblich zum Gelingen der Tagung bei.



[Zur Tagungsdokumentation](#)

6.2 Fachtreffen der DAG SHG und Jour fixe

Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen steht innerhalb der DAG SHG in regelmäßigem fachlichen Austausch mit seinen vier Partnereinrichtungen – NAKOS, KOSKON, der Selbsthilfekontaktstelle Gießen

sowie dem Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen (s. Kap. 1.2). In den Austausch einbezogen sind zudem die Projekte INSEA aktiv und Pflegeselbsthilfe sowie der ehrenamtliche Vorstand. Die in der Regel zweimal jährlich stattfindenden Fachtreffen bilden den zentralen Rahmen für die interne Zusammenarbeit.

Im Jahr 2025 wurden die jeweils zweitägigen Präsenzveranstaltungen in Hannover und Berlin durchgeführt. Schwerpunkte dieser Fachtreffen waren Berichte aus den Einrichtungen, die Planung der bundesweiten Jahresfachveranstaltungen (Jahrestagung der DAG SHG 2025 und 2026 sowie Fachtagung des Projekts Pflegeselbsthilfe), die Auseinandersetzung mit Gesetzesänderungen – darunter die Novellierung des Präventionsgesetzes (PrävG) – und Änderungen sowie Anpassungen im Leitfaden der GKV-Selbsthilfeförderung. Darüber hinaus erfolgte ein Austausch über die Umsetzung dieser Änderungen auf regionaler, Landes- und Bundesebene sowie über fachliche Fragen der Selbsthilfe-Unterstützung und über politische Entwicklungen. Ein weiterer Themenpunkt war der erstmals ausgerufene bundesweite Tag der Selbsthilfe, der ab dem Berichtsjahr jährlich am 16. September stattfinden soll. Zusätzlich befassten sich die Einrichtungen und Projekte im Jahr 2025 mit strukturellen Fragestellungen innerhalb der DAG SHG.

Ergänzend zu den Fachtreffen fanden monatliche Online-Jour-fixe statt. Diese dienten unter anderem der Vor- und Nachbereitung der Jahrestagung der DAG SHG in Aachen, der Behandlung aktueller Themen, den trägerspezifischen Abstimmungen sowie dem Austausch relevanter Informationen für alle beteiligten Einrichtungen.

6.3 Arbeitsgruppe Selbstverständnis der DAG SHG

Die zunehmende gesellschaftliche Spaltung macht auch vor der Selbsthilfe nicht Halt. Um menschenfeindliche Tendenzen zu erkennen, sich dazu eindeutig zu positionieren und Hilfestellungen im Umgang zu geben, gründete die DAG SHG die Arbeitsgruppe Selbstverständnis.

Erstes Ergebnis des Austauschs war das Positionspapier „Selbsthilfe ist Vielfalt“, das bereits 2024 veröffentlicht wurde.¹¹ An diesem war das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen maßgeblich beteiligt. Außerdem führte die bundesweite Einrichtung NAKOS eine Umfrage zu rechten Tendenzen und Menschenfeindlichkeit unter den Selbsthilfe-Kontaktstellen durch. Die Ergebnisse wurden veröffentlicht. Darüber hinaus wurde auch eine Arbeitshilfe erstellt, die zur Jahrestagung der DAG SHG im Juni 2025 veröffentlicht wurde.¹²

6.4 Länderrat und Treffen der Landeskontaktstellen

Der Länderrat, die bundesweite Fachtagung der Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfekontaktstellen, und das anschließende Treffen der Landeskontaktstellen wurden vom 18. bis 19. September 2025 in Hannover durchgeführt.

¹¹ https://www.dag-shg.de/data/Online-Publikationen/2024/DAG_SHG_Positionspapier_Demokratie-und-Vielfalt_2024.pdf

¹² <https://www.dag-shg.de/service/publikationen/var@nakos/key@10525>

Neben Themenblöcken zur Förderung der Selbsthilfe (dieses Jahr besonders zur kommunalen Förderung) wurden unter anderem folgende Themen diskutiert:

- ▶ KI in der Selbsthilfe
- ▶ Transparenz und Unabhängigkeit
- ▶ demokratiefeindliche Strömungen
- ▶ unterschiedliche Formate in der Selbsthilfe
- ▶ Themenklassifikation für die gesundheitsbezogene Selbsthilfe



Mitglieder des Länderrates 2025 in Hannover, Foto: NAKOS

Außerdem berichtete NAKOS über den ersten bundesweiten Tag der Selbsthilfe, der bereits ein großer Erfolg war.

6.5 Bundesweite Fachgruppe § 20 h SGB V

Auf Initiative des Länderrates ließen dessen Mitglieder die bundesweite Fachgruppe § 20h SGB V wieder aufleben. In dieser werden allgemeine Fragen der Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen, aber auch einzelne konkrete Probleme besprochen. Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen beteiligt sich gemeinsam mit Mitgliedern des Sprecherinnenteams des Arbeitskreises Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich an der Fachgruppe.

6.6 Bundesweite Fachgruppe Junge Selbsthilfe



Mitglieder der Bundesfachgruppe Junge Selbsthilfe in Berlin, Foto: NAKOS

Seit 2022 trifft sich die bundesweite Fachgruppe zur Jungen Selbsthilfe, die aus Ansprechpersonen aus mehreren Bundesländern sowie Mitarbeiter*innen der NAKOS besteht, mehrmals im Jahr. Initiiert und koordiniert wird die Gruppe von NAKOS. Der fachliche Austausch soll einen Überblick über aktuelle Themen und Anliegen im Bereich der Jungen Selbsthilfe sowie ein Voneinander-Lernen ermöglichen.

Im Berichtsjahr gab es mehrere digitale Treffen sowie eine zweitägige Zusammenkunft vom 10. bis 12. November in Berlin. Themen waren unter anderem die intensive Begleitung von jungen Selbsthilfegruppen, Social Media, Podcasts u. v. m.

Beim jährlichen Präsenztreffen ist es möglich, sich intensiver über aktuelle Entwicklungen, abgeschlossene und geplante Projekte sowie zukünftige Herausforderungen auszutauschen. Ein inhaltlicher Schwerpunkt lag beim Treffen in Berlin auf einem Workshop zum Thema „Klimakrise, Gesundheit und junge Menschen“. Dabei ging es um sogenannte Klimagefühle wie Angst, Wut oder Schuld und deren Bedeutung für die Selbsthilfe. Diskutiert wurde, wie Klimathemen stärker in bestehende Angebote integriert und junge Menschen durch spezielle Workshops gezielt angesprochen werden können.

Für 2026 sind bereits weitere Treffen – online und in Präsenz – geplant.

6.7 Bundesweiter Fachausschuss Pflegeselbsthilfe

Das Projekt Pflegeselbsthilfe der DAG SHG organisiert unter anderem den bundesweiten Fachausschuss, an dem sich alle Bundesländer beteiligen. Hier diskutieren die Bundesländer untereinander Tendenzen und Probleme der Pflegeselbsthilfe und widmen sich unter anderem der Finanzierung von Selbsthilfegruppen, -Organisationen und -Kontaktstellen.

Der Fachausschuss bietet mittlerweile eine Diskussionsplattform und ermöglicht eine intensive Vernetzung unter den Bundesländern, auf die nicht mehr verzichtet werden kann. In der Pflegeselbsthilfe engagieren sich Betroffene (selbst pflegebedürftig oder pflegende Angehörige), die besondere Bedarfe an ihre Unterstützung haben. Hier regelmäßig „über den Tellerrand zu schauen“ und voneinander zu lernen, stellt eine unschätzbare Chance für die fachliche Weiterentwicklung dieses Bereiches dar.

Termine & Veranstaltungen

- | | |
|-------------------|--|
| 13.01. | Treffen mit der Niedersächsischen Landesbeauftragten für Menschen mit Behinderungen, den Sprecherinnen des Arbeitskreises Niedersächsischer Beratungs- und Kontaktstellen im Selbsthilfebereich und dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover |
| 24.01. | Jour fixe der DAG SHG, digital (+ zehn weitere Termine im Berichtsjahr) |
| 28.01. | Bundesweite Fachgruppe § 20h SGB V, digital (+ ein weiterer Termin im Berichtsjahr) |
| 06.02. | Veranstaltung zum Landesprojekt Elikia (Prävention von weiblicher Genitalverstümmelung), baobab e. V., Teilnahme, Hannover |
| 25.02. | Bundesweiter Fachausschuss Pflegeselbsthilfe, DAG SHG, digital (+ ein weiterer Termin im Berichtsjahr) |
| 27.02. | Bundesfachgruppe Junge Selbsthilfe, NAKOS, digital (+ zwei weitere Termine im Berichtsjahr – einer davon in Präsenz in Berlin) |
| 07.03. | Vorbereitungstreffen zum Tag der Selbsthilfe am 16.9., DAG SHG, digital (+ ein weiterer Termin im Berichtsjahr) |
| 17.–18.03. | DAG SHG Fachtreffen, Hannover (+ ein weiterer Termin in Berlin im Berichtsjahr) |

- 03.04.** Veranstaltung zum Projekt teamw()rk für Gesundheit und Arbeit, Netzwerktreffen mit dem Schwerpunkt Migration und Prävention, LVG & AfS, Informationsstand, Bremen
- 28.04.** DAG SHG Jahrestagung, Vorbereitungstreffen, DAG SHG, digital
- 05.05.** Niedersachsen-Ring, Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung, digital
- 21.05.** Besuch der Referatsleitung Ehrenamt und Selbsthilfe im Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung im Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover
- 02.–04.06.** DAG SHG Jahrestagung, Aachen
- 27.06.** Arbeitsgruppe Geschäftsordnung der DAG SHG, DAG SHG, digital **(+ ein weiterer Termin im Berichtsjahr)**
- 27.06.** Verleihung des Niedersächsischen Inklusionspreises, SoVD Landesverband Niedersachsen und LandesSportBund Niedersachsen, Teilnahme, Hannover
- 02.07.** Jahrestagung „Ohne Halt? – Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen“, LVG & AfS, Teilnahme, Hannover
- 20.08.** Arbeitsgruppe Selbstverständnis, DAG SHG, digital **(+ ein weiterer Termin im Berichtsjahr)**
- 02.09.** Austauschtreffen mit dem Selbsthilfereferenten sowie dem Zuständigen für Ideelle Dienste des Paritätischen Niedersachsen, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, digital
- 10.09.** Austauschtreffen mit dem Selbsthilfereferenten der Caritas Niedersachsen, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover
- 17.09.** Austauschtreffen mit dem Selbsthilfereferenten der Diakonie Niedersachsen, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Hannover
- 18.–19.09.** Länderrat, Hannover
- 19.09.** Treffen der Landeskontaktstellen, Hannover
- 02.10.** Treffen mit der Landesarbeitsgemeinschaft Freie Wohlfahrtspflege, Hannover
- 06.10.** Auftaktveranstaltung zur Woche der Pflegenden Angehörigen, wir pflegen Niedersachsen e. V., Teilnahme, Hannover
- 29.10.** Fachtagung „Selbsthilfe stärkt. Menschen mit Pflegebedarf und ihre Angehörigen im Fokus“, DAG SHG, Teilnahme, Berlin
- 17.11.** Veranstaltung „Künstliche Intelligenz in der Suchthilfe und Suchtprävention“, LVG & AfS, Teilnahme, Hannover
- 25.11.** Jahrestagung des Projekts teamw()rk „In Zeiten von Wandel und Krise – Gesundheits- und Arbeitsförderung gemeinsam weitergedacht“, LVG & AfS, Workshop, Hannover

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

Gemeinschaftlich vertretungsbefugt:

André Beermann, Sabine Bütow, Klaus Grothe-Bortlik (Vorstand)
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

Das Impressum gilt für: Jahresbericht 2025, veröffentlicht auf www.selbsthilfe-buero.de

Registergericht:

Amtsgericht 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

Autorinnen: Anja Eberhardt, Dörte von Kittlitz, Elke Tackmann

Redaktion: Elke Tackmann

Gestaltung Titelblatt: Grafikgemeinschaft BLATTWERK, Hannover, www.blattwerker.de

Abbildungen: Grafikgemeinschaft BLATTWERK, DAG SHG, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen

Fotos: Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, NAKOS

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



**Selbsthilfe-Büro
Niedersachsen**

Eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e. V.