

# Infobrief 1/2021

Januar 2021

## Aktuelle Nachrichten und Neuigkeiten

### Seminare und Veranstaltungen



Innerhalb unseres Fortbildungsprogramms finden folgende Kurse statt. Bitte beachten Sie, dass aufgrund der aktuellen Corona-Situation Kurse ausfallen können oder online stattfinden.



### Online- und Telefonkontakte in Coronazeiten

Wie können sie für alle befriedigend gestaltet werden

Die Hoffnung, dass im neuen Jahr die Einschränkungen durch die Coronakrise erleichtert werden, bestätigen sich leider nicht. Es bleibt eher die Befürchtung, dass wir noch einige Monate mit den Beschränkungen zu tun haben. Leider ist die derzeitige Situation für die Selbsthilfearbeit nicht

gerade förderlich. Manche Selbsthilfegruppen können sich gar nicht treffen oder haben (teilweise) über online-Formate einen Weg gefunden, die Selbsthilfearbeit weiter lebendig zu halten und miteinander in Kontakt zu bleiben.

Es ergibt sich das Problem, dass neu Interessierte, die in eine Gruppe kommen möchten, getröstet werden müssen, dass keine persönlichen Kontakte zustande kommen können, evtl. nur ein online-Treffen stattfindet und dass damit eine unbefriedigende Situation zurückbleibt.

In diesem Seminar geht es um die Frage, wie ein Erstkontakt am Telefon mit Interessenten gut gestaltet werden kann. Welche Grundlagen sind für ein virtuelles Treffen nötig, was muss im Vorfeld bedacht werden, um die Teilnehmer der Gruppe, aber auch besonders neue Interessenten gut einzubinden. Welche Moderationsregeln können helfen, ein online-Treffen für alle befriedigend zu gestalten.

Dieses Seminar findet online statt. Die Vorschläge der Referentin können so gleich eingeübt werden.

**Referentin: Christine Kirchner**, Sozialwissenschaftlerin, Diplom-Betriebswirtin, Systemische Beraterin und Coach (DGSF)

**Termin:** Mi., 03.02.2021, 18 – 19.30 Uhr - online über Zoom

**Teilnahmegebühr:** keine

**Anmeldung** erforderlich!



### **Resilienz stärken in Corona-Zeiten**

Freiwilliges Engagement und Zusammenhalt in der Corona-Pandemie ist besonders bedeutsam, stellt aber auch eine große Herausforderung dar. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie in dieser belastenden Zeit Ihre innere Widerstandskraft stärken können. Sie erhalten Tipps zum Umgang mit stressigen Situationen und wie Sie wieder Kraft tanken können. Der Kurs bietet Raum für Austausch und Gespräch.

**Referentin:** Dr. Gertraud Kinne, Dipl.-Psychologin und Coach.

**Termin:** Di.09. 02.2021, 18 - 19.30 Uhr – online über Zoom

**Teilnahmegebühr:** 10 Euro

**Anmeldung** erforderlich!



### **Selbsthilfeförderung nach § 20h SGB V**

In unserem letzten Rundschreiben haben wir schon darauf hingewiesen, dass sich bei der Antragstellung zur Selbsthilfeförderung im Vergleich zum Vorjahr nichts ändert. Aber gerade, weil das vergangene Jahr für die Selbsthilfefarbeit auch sehr ungewöhnlich war, bieten wir mit Herrn Muckrasch (BARMER, Federführer für die Region Südbaden), Frau Klein (BARMER) und mir ein virtuelles Treffen

per Zoom an.

Herr Muckrasch wird nochmals einen Überblick über die derzeitigen Regeln der Förderstruktur geben und Sie können Ihre Fragen klären.

**Termin: Mittwoch, 10.02.2021, 17 – 18 Uhr**

Sollten Sie keine Möglichkeit haben sich per Zoom zuzuschalten, können Sie Ihre Fragen im Vorfeld beim Selbsthilfebüro schriftlich/per Mail/telefonisch stellen.

Bitte melden Sie sich an, Sie bekommen dann rechtzeitig die Einwahldaten.

## Verbesserungen im Gemeinnützigkeitsrecht

Baden-Württemberg hat im Bundesrat für zahlreiche Verbesserungen im Gemeinnützigkeitsrecht gestimmt. Die Änderungen sind Teil des Jahressteuergesetzes 2020. Es sieht u.a. vor, dass die Übungsleiterpauschale von bislang 2.400 Euro jährlich auf 3.000 Euro erhöht wird, ebenso ist die Ehrenamtspauschale erhöht worden: <https://stm.baden-wuerttemberg.de/de/service/presse/pressemitteilung/pid/verbesserungen-im-gemeinnuetzigkeitsrecht-1/>

## Klarstellungen zur virtuellen Mitgliederversammlungen und virtuelle Sitzungen für Vorstände in Corona Zeiten

Der Bundestag hat im Dezember 2020 einige Klarstellungen zur virtuellen Mitgliederversammlungen und virtuelle Sitzungen für Vorstände beschlossen, die im Februar 2021 in Kraft treten werden. Weitere Informationen dazu finden Sie [hier](#).

## Neuer Film des Selbsthilfebüros „Ein Gespräch wie unter Freunden“



Der Film der Selbsthilfegruppen aus Freiburg und der Region gibt durch persönliche Statements Einblicke in deren Arbeit. Er macht deutlich, wie die Gruppen funktionieren und wie Betroffene sich gegenseitig helfen und unterstützen können. Der Film zeigt, wie wertvoll die Arbeit für die Menschen auf ihrem Weg ist. Der Film

ist im Jahr 2020 entstanden und sollte beim „Boulevard des Engagements“ im Juli vorgestellt werden, (vielleicht klappt das ja 2021). Gefördert wurde er von der Stadt Freiburg und durch die AOK Freiburg.

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen mit gleichen Anliegen, Problemen, Schicksalen, Krankheiten, sie tun sich zusammen, um mit ihrem Schicksal nicht alleine zu sein. Leider sind ja die Festveranstaltungen ausgefallen, der Film ist trotzdem sehenswert:

<https://youtu.be/OjLOYWr6ReE>

## Fachtag FASD – Mitten aus dem Leben am 27.02. in Freiburg

Alkoholkonsum in der Schwangerschaft hat wahrscheinlich zur Folge, dass das Kind an einer fetalen Alkoholspektrumsstörung (FASD) erkrankt. Die Abkürzung FASD leitet sich ab aus der englischen Bezeichnung Fetal Alcohol Spectrum Disorders.

Die FASD Fachtagung richtet sich an alle Personen, die beruflich oder privat mit Personen mit FASD in Berührung kommen: (Pflege- und Adoptiv-) Eltern, Mediziner\*innen, Pädagog\*innen, Sozialarbeiter\*innen, Richter\*innen, Anwalt\*innen sowie Bezugspersonen von FASD-Betroffenen.

Veranstalter sind die Selbsthilfegruppe FASD-Freiburg und fillé anima – Herzenskinder e.V.  
Das ausführliche Programm bekommen Sie über die Email: FASD-freiburg@gmx.de

## Dienstagskolloquium Livestream am 26.01.21

Nächsten Dienstag, 26.01.21 um 18:30 Uhr, wird Herr Prof. Dr. **Matthias Ochs**, Systemischer Familientherapeut im Dienstagskolloquium zu Gast sein mit dem Thema:

**Ein neues Verfahren in der ambulanten psychotherapeutischen Versorgung:  
Systemische Therapie – was ist das eigentlich?**

[Zum Livestream](#) (ohne Akkreditierungspunkte)

[Zum Livestream](#) (mit Akkreditierungspunkten)

## 21.01. ist Welt Knuddeltag



„Und da wir gerade in besonderen Zeiten leben und ein gemeinsamer Abstand ein Zeichen unserer Solidarität ist, machen wir es dieses Jahr einmal ganz anders und nehmen uns einfach selbst in den Arm.“ Weitere Informationen dazu im Anhang.

Am 13. März 2021 startet im Yoga-Zentrum in Freiburg ein neuer Jin Shin Jyutsu Kurs für Menschen mit einer chronischen Erkrankung.  
Weitere Informationen unter: <http://www.jsj-physiophilosophie.de>

**Freiburg, den 21.01.2021**

**Bernarda Deufel & Stefan Zimmermann**

Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald

Tel.: 0761/21687-35, Email: [selbsthilfe@paritaet-freiburg.de](mailto:selbsthilfe@paritaet-freiburg.de)

[www.selbsthilfegruppen-freiburg.de](http://www.selbsthilfegruppen-freiburg.de)

Sprechzeiten: di., mi., do.: 10 – 12.30 Uhr u. do. 15 – 18 Uhr

Das Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald ist eine Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen. Es hat eine Art Drehscheibenfunktion, Informationen aus der gemeinschaftlichen Selbsthilfe und für die Selbsthilfe laufen dort zusammen.

Neue Gruppen entstehen oder es verändert sich etwas bei den Gruppen. Beim Selbsthilfebüro gehen einerseits auch Veranstaltungshinweise ein, die für andere Selbsthilfegruppen interessant sind. Ebenso organisiert das Selbsthilfebüro Fortbildungskurse und Veranstaltungen, Um auf aktuelle Themen und Termine aufmerksam zu machen, verschicken wir in unregelmäßigen Abständen diesen Infobrief und hoffen, er stößt auf Interesse.

**Wir würden uns freuen, wenn Sie diesen Infobrief an andere Interessierte weiterleiten! Wenn Sie ihn nicht mehr erhalten wollen, melden Sie sich bei uns, wir löschen Ihre Adresse aus dem Verteiler.**

**Email: [selbsthilfe@paritaet-freiburg.de](mailto:selbsthilfe@paritaet-freiburg.de)**