

**Kreisverband  
Main-Spessart**

**BRK  
Selbsthilfebüro  
Main-Spessart**

Wernfelder Str. 1  
97737 Gemünden  
Tel. 09351 - 5081270  
Fax 09351 - 508139  
www.selbsthilfe-msp.de

selbsthilfe@kvmain-  
spessart.brk.de

Datum  
14.06.2021

Simone Hoffmann  
Diplom-Sozialpädagogin

## 2. Rundbrief 2021

Liebe Selbsthilfe-Engagierte, sehr geehrte Damen und Herren,

bis heute hat die Selbsthilfekoordination Bayern (Seko Bayern) noch keine Rückmeldung des Gesundheitsministeriums, ob Selbsthilfe unter „Vereins-sitzungen“ subsumiert wird, oder es sogar eine dezidierte Aussage zu Selbsthilfegruppen-Treffen gibt. Deshalb diese allgemein gehaltene Mail.

- **Neuigkeiten zu Selbsthilfe-Gruppentreffen**

Selbsthilfegruppen können sich bei einer Inzidenz von unter 50 (haben inzwischen ja die meisten Landkreise und Städte erreicht!) mit 10 Personen treffen. Denn das gibt ja schon die allgemeine Regelung für private Treffen her. Siehe: [Verkündung-bayern](#)

### § 6 Allgemeine Kontaktbeschränkung

(1) <sup>1</sup>Der gemeinsame Aufenthalt im öffentlichen Raum, in privat genutzten Räumen und auf privat genutzten Grundstücken ist nur gestattet

1. in Landkreisen und kreisfreien Städten mit einer 7-Tage-Inzidenz zwischen 50 und 100 mit den Angehörigen des eigenen Hausstands, sowie zusätzlich den Angehörigen zweier weiterer Hausstände, solange dabei eine Gesamtzahl von insgesamt zehn Personen nicht überschritten wird.

2. in Landkreisen und kreisfreien Städten, in denen **eine 7-Tage-Inzidenz von 50 nicht überschritten wird, in Gruppen von bis zu zehn Personen.**

Bei einer Inzidenz über 50 gilt, dass bis zur Klärung, 5 Personen plus Genese und Geimpfte erlaubt sind.

Sobald Seko Bayern eine Antwort des Gesundheitsministers und den Vorsitzenden des Sozialpolitischen Ausschusses erhält, werden wir diese an Sie weiterleiten.

USt-IdNr. DE 129 523 533

Sparkasse Mainfranken  
Konto: 380 003 350  
BLZ: 790 500 00  
IBAN:  
DE87 7905 0000 0380 0033 50  
BIC: BYLADEM1SWU

Raiffeisenbank MSP  
Konto: 5 708 010  
BLZ: 790 691 50  
IBAN:  
DE50 7906 9150 0005 7080 10  
BIC: GENODEF1GEM

- **15 Jahre Selbsthilfegruppe Morbus Crohn – Colitis Ulcerosa**

Die SHG Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa Main-Spessart wurde am 11.11.2005 unter Mitwirkung des DCCV (Dachverband) gegründet und kann ihr 15-jähriges Bestehen feiern. Herzlichen Glückwunsch an Barbara Gillner und Heidrun Kossak, die die Gruppe von Anfang an geleitet haben.

- **Termine zum Vormerken von Seko Bayern**

Die Selbsthilfekoordination Bayern (SeKo Bayern) bietet im 2. Halbjahr fünf Präsenz-Fortbildungen an. Die Anmeldungen dafür, sind ab Samstag, **19.06.2021 ab 09.00 Uhr** über die [Homepage](#) möglich.

Auch das Angebot „**Gruppen-Inventur**“ läuft im zweiten Halbjahr weiter. Hier können sich interessierte Gruppen direkt über die sechs Standorte anmelden. Zusätzlich zu den Präsenzangeboten plant SeKo Bayern für den Herbst und Winter 2021 wieder ein interessantes **Online-Programm**.

Auch der **virtuelle Selbsthilfe-Treffpunkt Bayern** ist inzwischen ein fester Bestandteil im SeKo-Kalender und wird in der zweiten Jahreshälfte jeden dritten Dienstag im Monat von 16.30 - 18.00 Uhr weitergeführt.

- **Chronisch krank im Job – darüber reden oder nicht?**

Die Internetseite [sag-ichs.de](http://sag-ichs.de) gibt Entscheidungshilfe für viele chronisch kranke und behinderte Menschen. Es stellt sich die Frage, ob und wie sie im Job über ihre Beeinträchtigung sprechen sollen. Auf der Seite werden mögliche positive und negative Auswirkungen beschrieben, wenn Berufstätige über ihre Erkrankung reden – und wenn sie es nicht tun. Selbstverständlich haben Betroffene mehr als zwei Optionen: "Bei Ihrer Entscheidung müssen Sie nicht das eine oder das andere Extrem wählen. Zwischen den beiden Optionen, jedem auf der Arbeit alles über Ihre gesundheitliche Beeinträchtigung zu erzählen, und niemandem irgendetwas zu erzählen, gibt es viele Zwischenstufen", heißt es auf der Internetseite. Die Seite wurde von der Universität zu Köln in einem Projekt entwickelt, an dem auch Selbsthilfe-Organisationen beteiligt waren.

Text entnommen aus dem [NAKOS Newsletter](#)

Bleiben Sie gesund und melden Sie sich bitte, wenn Sie Fragen haben.

Herzliche Grüße

Ihre



Simone Hoffmann

BRK Selbsthilfebüro MSP & INSEA Kurskoordination

**„Gewiss ist es fast noch wichtiger,  
wie der Mensch das Schicksal nimmt,  
als wie es ist.“**

*(Wilhelm Freiherr von Humboldt)*