

# Pressemitteilung AOK PLUS

## Gemeinsame Presseinformation der AOK PLUS und des PARITÄTISCHEN Thüringen und der Landesarbeitsgemeinschaft Thüringer Selbsthilfeplenum

11.01.2017, Dresden

### **Selbsthilfegruppen in Thüringen werden stärker unterstützt Neues Modellprojekt "Selbsthilfe im Dialog - miteinander lernen, erfahren und austauschen"**

Etwa 30.000 Thüringerinnen und Thüringer sind in etwa 1500 Selbsthilfegruppen landesweit aktiv. Betroffene und Hilfesuchende finden in diesen Gruppen eine sinnvolle Ergänzung zur ärztlichen Betreuung. Sie schaffen auch eine Plattform zum Erfahrungsaustausch. Ihre Aktivitäten richten sich auf die gemeinsame Bewältigung und den eigenverantwortlichen Umgang mit ihrer individuellen Lebenslage.

Um diese ehrenamtliche Arbeit weiter auszubauen und zu vernetzen, startet das dreijährige Modellprojekt „Selbsthilfe im Dialog - miteinander lernen, erfahren und austauschen“. Das gemeinsame Vorhaben, das in Kooperation von AOK PLUS, dem PARITÄTISCHEN Thüringen und der Landesarbeitsgemeinschaft Thüringer Selbsthilfeplenum entstanden ist, soll den Aktiven häufig gewünschte neue Impulse für die Selbsthilfearbeit geben. Die organisatorische Umsetzung der Weiterbildungsangebote erfolgt durch die PARITÄTISCHE Akademie Thüringen. Die Angebote wurden aus Rückmeldungen und Erfahrungen von Betroffenen zusammengestellt.

„Diese Schulungsangebote sind eine gute Grundlage für den Austausch der Selbsthilfegruppen, über verschiedene Krankheitsbilder hinweg. Die Unterstützung der ehrenamtlich Aktiven ist ein wichtiges Anliegen des PARITÄTISCHEN und fügt sich nahtlos in unsere Aktivitäten zur Stärkung des Ehrenamtes in Thüringen ein“, sagt Stefan Werner, Landesgeschäftsführer des PARITÄTISCHEN Thüringen.

Die erste Fortbildung im Rahmen des Modellprojektes findet am 17. Februar in Sondershausen statt. Hier startet der Zertifizierungskurs für Selbsthilfegruppenleiter bzw. an der Leitung Interessierter mit dem ersten von vier Modulen. Zusätzlich wird es Angebote zum Thema Abschied nehmen, Burnout und die psychische Widerstandskraft stärken geben. Die Veranstaltungen werden in Jena, Tabarz und Sondershausen angeboten.

Mit Unterstützung der AOK PLUS ist die Teilnahme für Mitglieder von Selbsthilfegruppen kostenfrei. „Wir fördern die Selbsthilfe in Thüringen, weil sie neben der ärztlichen Betreuung eine wesentliche Säule für Betroffene und Angehörige ist. Im vergangenen Jahr unterstützten wir im Rahmen der kassenindividuellen Förderung insgesamt 634 Projekte. Dieses Modellprojekt verbindet und ermöglicht den Austausch über das eigene Thema hinaus“, erklärt Heiko Kotte, Bereichsleiter Gesundheitsförderung der AOK PLUS.

Die Umsetzung des Projektes wird durch einen Steuerkreis, bestehend aus Vertretern der Kooperationspartner und Selbsthilfevertreter aus den Regionen begleitet. Dieser wertet die Schulungsangebote aus und entwickelt sie weiter. Eine Fortführung nach 2020 wird angestrebt.

„Selbsthilfe kann sich am besten dynamisch entwickeln und auf dem neuesten Stand sein, wenn es gute Angebote zur Fortbildung und zum Austausch über den eigenen Tellerrand hinaus gibt. Aus den Bedarfen heraus haben wir mit der AOK PLUS dieses sehr praxisnahe Weiterbildungsprojekt in einer Kooperation für Thüringen geschaffen. Kaum ist die Broschüre für 2017 verteilt worden, gibt es auch schon die ersten Interessierten mit Anmeldungen. So werden sich die angebotenen Termine an den drei Standorten mit Selbsthilfe-Leben füllen“, zeigt sich Gabriele Wiesner, Landesarbeitsgemeinschaft Thüringer Selbsthilfeplenum, erfreut.Â

Informationen und Anmeldungen finden Sie unter [www.paritaetische-akademie-thueringen.de](http://www.paritaetische-akademie-thueringen.de)

### **Informationen zur Selbsthilfe bei der AOK PLUS:**

Im vergangenen Jahr hat die AOK PLUS im Rahmen der kassenindividuellen Förderung insgesamt 634 Projekte von Selbsthilfekontaktstellen, Landesorganisationen der Selbsthilfe sowie Selbsthilfegruppen unterstützt und dafür ca. 1,14 Millionen Euro zur Verfügung gestellt. In Sachsen waren es rund 780.000 Euro, in Thüringen rund 355.000 Euro. Hinzu kamen Fördermittel für bundesweite Projekte des AOK-Bundesverbandes. Neben der individuellen Förderung von Selbsthilfeprojekten hat die AOK PLUS die Selbsthilfe 2016 auch wieder kassenartenübergreifend unterstützt. Insgesamt wurden 2016 ca. 2,8 Mio. Euro in die Gesundheitsbezogene Selbsthilfeförderung investiert.



# Pressemitteilung AOK PLUS

## Informationen zum PARITÄTISCHEN Thüringen:

Unter dem Dach des PARITÄTISCHEN Thüringen befinden sich 30 große, zumeist landesweit tätige, gesundheitsbezogene Selbsthilfeorganisationen mit rund 480 Selbsthilfegruppen und mehr als 14.000 Mitgliedern. Dazu gehören Selbsthilfeorganisationen von Personen mit Sinnesbehinderung oder -einschränkung (Erblindung, Sehbehinderung, Gehörlosigkeit oder Schwerhörigkeit), mit Sucht- oder psychischer Erkrankung, Diabetes, Osteoporose, Schwerst- und Mehrfachbehinderung, Parkinson, Rheuma, Multiple Sklerose, Muskelerkrankung, onkologische Erkrankung, Aphasie, Morbus Bechterew und AIDS und viele andere. Der PARITÄTISCHE Thüringen vertritt an dieser Stelle die Interessen der Mitgliedsorganisationen und bietet eine breite Palette von Dienstleistungen wie Beratung und Begleitung oder Organisation von Fortbildungsveranstaltungen an.Â

Informationen zur Landesarbeitsgemeinschaft Thüringer Selbsthilfeplenum:

Die 25 Selbsthilfeberatungsstellen in Thüringen haben sich zur Landesarbeitsgemeinschaft Thüringer Selbsthilfeplenum zusammengeschlossen und treten seit fast 20 Jahren in den Regionen und auf Landesebene für die Verbreitung des Selbsthilfegedankens ein.

## Ansprechpartner für die Medien:

AOK PLUS, Hannelore Strobel, Pressesprecherin: Tel: 0800 10590-11144, Fax: 0800 1059002-104, E-Mail: [presse@plus.aok.de](mailto:presse@plus.aok.de)

Der PARITÄTISCHE, Hartmut Kaczmarek, Profiler,: Tel: 036202 26-231, Fax: 036202 26-234, E-Mail: [hkaczmarek@paritaet-th.de](mailto:hkaczmarek@paritaet-th.de)

Landesarbeitsgemeinschaft Thüringer Selbsthilfeplenum, Gabriele Wiesner: Tel: 03641 8741160-8741161, E-Mail: [ikos@awo-jena-weimar.de](mailto:ikos@awo-jena-weimar.de)

