



## FAMILENCOACH KREBS

# Wo Angehörige Hilfe finden

Mit dem neuen Familiencoach Krebs will die AOK Angehörige von Patienten mit einer Krebserkrankung gezielt unterstützen.

Foto: iStock.com/KatarzynaBialaiewicz



Der Online-Coach hilft Helfenden, sich vor Überlastung zu schützen.

Der Familiencoach Krebs hilft Betroffenen dabei, ihre erkrankten Familienmitglieder zu unterstützen und sich selbst vor emotionaler, körperlicher oder sozialer Überlastung zu schützen. Entwickelt wurde das Programm in Zusammenarbeit mit Expertinnen des Universitätsklinikums Leipzig und des Krebsinformationsdienstes des Deutschen Krebsforschungszent-

rums. Neben Problem- und Lösungsfilmern liefert der Online-coach Interviews und Angehörigenstatements, Hör- wie Entspannungsübungen, veranschaulichende Grafiken sowie einen animierten Film zur Krebsentstehung. Der Coach bietet zudem zwei Module zu den Themen „Sozialrechtliches“ und „Palliative Situation“. Hintergrundwissen zu Krebs und dessen Behandlung sowie zu den vier häufigsten Krebsarten runden das Angebot ab. „Angehörige von Krebserkrankten sind mit extremen Herausforderungen konfrontiert. Dazu zählen zum Beispiel Hoffnungslosigkeit, Behandlungskonflikte, Aggressionen, Kommunikationsprobleme und Rollenveränderungen“, erklärt Anja Debrodt, Medizinerin beim AOK-Bundesverband. „Es gibt einen erheblichen Unterstützungsbedarf für diese Zielgruppe, die psychisch oft hoch belastet ist und bedroht, selbst zu erkranken.“

Der Online-Coach ist kein exklusives Angebot für AOK-Versicherte, sondern steht jedem kostenfrei zur Verfügung. ●



**Familiencoach Krebs**

## GESUNDHEITSKOMPETENZ

# Nachschlagewerk für die ganze Familie

An Informationen rund um die Gesundheit herrscht kein Mangel. Doch welche davon sind verlässlich? Das „Handbuch der Familiengesundheit“ liefert eine Auswahl vertrauenswürdiger Quellen.

Ob Husten, Allergie oder Pubertät: Das Internet steckt voller Gesundheitsinformationen. Doch es ist nicht immer leicht zu erkennen, welche der Suchergebnisse wirklich seriös sind – und das ist ein Problem. Wer sich nicht ausreichend fundiert informieren kann, hat es viel schwerer, gute Entscheidungen für seine eigene oder die Gesundheit seiner Familie zu treffen. Hier setzt das Buch an, indem es Eltern und Familien die Suche nach qualitativ gesichertem Wissen zum gesunden Aufwachsen von Kindern und Jugendli-

chen erleichtert. Von der altersgemäßen Entwicklung als Baby bis zur problematischen Mediennutzung bei Teenagern: Zu vielen Gesundheitsthemen finden Mütter und Väter in diesem Buch eine Auswahl von vertrauenswürdigen und gut verständlichen Informationsquellen wie Webseiten, Apps oder Bücher. Hinweise auf aktuelle Studien, persönliche Erfahrungsberichte und kompakte Infos für die schnelle Orientierung runden die einzelnen Kapitel in diesem Nachschlagewerk ab. ●



„Das Handbuch der Familiengesundheit: Das Nachschlagewerk für mehr digitale Gesundheitskompetenz“ von Prof. Dr. med. Kai Kolpatzik, erschienen im Wort & Bild Verlag



**Handbuch der Familiengesundheit**

## PRAXISTIPP

### Nachweis der Mittelverwendung



Selbsthilfeeinrichtungen, die Pauschal- und/oder Projektfördermittel für 2021 erhalten haben, sollten den Nachweis über die Mittelverwendung möglichst frühzeitig einreichen. Das entsprechende Formular haben die Antraggebenden bereits mit der Förderzusage erhalten. Sie sollten zudem darauf achten, dass alle Unterlagen enthalten sind, die als erforderliche Anlagen im Formular vermerkt sind. Zu beachten sind ins-

besondere auch die Hinweise im Förderbescheid, etwa zur Möglichkeit der Umwidmung von Fördermitteln, falls diese nicht wie beantragt ausgegeben werden konnten. Der Mittelverwendungsnachweis muss bis zum 31. Dezember 2021 vorliegen – gerne jedoch früher, falls das möglich ist. ●

**Fragen zum Nachweis der Pauschalförderung in Rheinland-Pfalz:**  
Gisela Stichler, Tel.: 0261 3904-240,  
[gisela.stichler@rps.aok.de](mailto:gisela.stichler@rps.aok.de)

**Fragen zum Nachweis der Pauschalförderung im Saarland:**  
Iris Neuhardt, Tel.: 0681 4002-1314,  
[iris.neuhardt@kbs.de](mailto:iris.neuhardt@kbs.de)

**Fragen zum Nachweis der AOK-Projektförderung:** Stefanie Lind,  
Tel.: 0261 3904-101  
[stefanie.lind@rps.aok.de](mailto:stefanie.lind@rps.aok.de)

**Pauschalförderung in Rheinland-Pfalz:**  
[www.selbsthilfe-rlp.de](http://www.selbsthilfe-rlp.de)

**Pauschalförderung im Saarland:**  
[www.selbsthilfe-saar.de](http://www.selbsthilfe-saar.de)

**AOK-Projektförderung:**  
[www.selbsthilfe.aok-rps.de](http://www.selbsthilfe.aok-rps.de)

Illustration: iStock.com/Shendart

## FINANZIERUNG

### GKV-Pauschalförderung 2022



Die Pauschalförderung wird sowohl in Rheinland-Pfalz als auch im Saarland jeweils kassenartenübergreifend durch die GKV-Gemeinschaftsförderung gewährleistet. Sie sichert die Basisfinanzierung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe. Darunter fallen beispielsweise Bürobedarf und -ausstattung, Kosten für Telekommunikation und digitale Anwendungen, Raummiete für Gruppentreffen sowie Tagungs-, Kongress- und Messebesuche. Dazu gehören auch regelmäßig stattfindende Aktivitäten und Angebote mit engem Bezug zu selbsthilfebezogenen Aufgaben, wie etwa Gesundheits- oder Selbsthilfetage sowie Angehörigentreffen. Anträge auf Pauschalförderung sind bei der federführenden Krankenkasse eines Bundeslandes zu stellen. ●

Illustration: iStock.com/Tiyas

**Federführung in Rheinland-Pfalz 2022:**  
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland

#### Fristen in Rheinland-Pfalz

- Selbsthilfegruppen: Antragstellung bis 28. Februar 2022 bei der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland
- Selbsthilfeorganisationen auf Landesebene und Selbsthilfekontaktstellen: Antragstellung bis 31. Januar 2022 bei der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland

#### Ansprechpartnerin:

Gisela Stichler, Tel.: 0261 3904-240

 [gisela.stichler@rps.aok.de](mailto:gisela.stichler@rps.aok.de)  
**Antragsformulare als Download**

**Federführung im Saarland 2022:**  
KNAPPSCHAFT

#### Frist im Saarland

- Alle Anträge sind bis zum 31. Januar 2022 einzureichen.

**Kontakt: KNAPPSCHAFT,**  
St. Johanner Straße 46-48,  
66111 Saarbrücken

**Ansprechpartnerin:**  
Iris Neuhardt,  
Tel.: 0681 4002-1314

 [iris.neuhardt@kbs.de](mailto:iris.neuhardt@kbs.de)  
**Antragsformulare als Download**

### Projektförderung 2022




Illustration: iStock.com/appleeuz

Mit der Projektförderung unterstützt die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland zeitlich und inhaltlich begrenzte Maßnahmen und Aktivitäten der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe, die nicht unter die Pauschalförderung fallen. Dazu gehören beispielsweise Informationsveranstaltungen, Fachtagungen oder Workshops, das Erstellen neuer Medien sowie der Aufbau einer Homepage. Alle Projektanträge für ein Förderjahr können prinzipiell ganzjährig gestellt werden, solange bei der Gesundheitskasse noch Fördermittel zur Verfügung stehen. ●

**Ihre Ansprechpartnerin bei der AOK:**  
Stefanie Lind,  
Tel.: 0261 3904-101

[stefanie.lind@rps.aok.de](mailto:stefanie.lind@rps.aok.de)

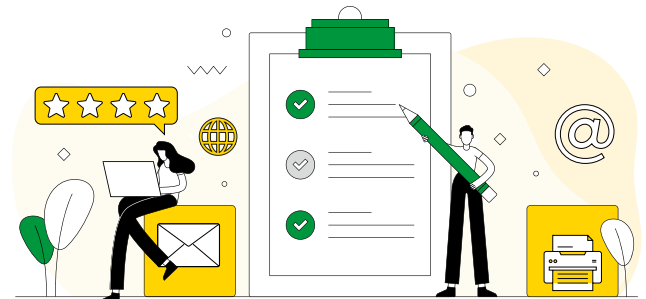
 **Download Antragsformulare**  
[www.selbsthilfe.aok-rps.de](http://www.selbsthilfe.aok-rps.de)



**LESERUMFRAGE**

## Ihre Meinung ist gefragt!

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,  
wir wollen den Newsletter inKONTAKT für Sie noch besser machen.  
Bitte schenken Sie uns zwei Minuten und sagen Sie uns Ihre Meinung!  
Ihre Antworten können Sie selbstverständlich anonym abgeben.



**Wie gefällt Ihnen inKONTAKT im Allgemeinen?**

sehr gut      gut      nicht so gut      schlecht

**Wie bewerten Sie den Newsletter inKONTAKT im Hinblick auf:**

**...die Themenauswahl?**

sehr gut      gut      nicht so gut      schlecht

**...den Nutzwert und die Relevanz?**

sehr gut      gut      nicht so gut      schlecht

**...den Umfang und die Informationstiefe?**

sehr gut      gut      nicht so gut      schlecht

**...die Verständlichkeit der Texte?**

sehr gut      gut      nicht so gut      schlecht

**...die Gestaltung (Layout und Format)?**

sehr gut      gut      nicht so gut      schlecht

**...die Aktualität der Terminankündigungen?**

sehr gut      gut      nicht so gut      schlecht

**Wie beurteilen Sie die Erscheinungsweise (alle drei Monate)?**

erscheint zu selten      ideal      erscheint zu häufig

**Seit wann haben Sie inKONTAKT abonniert?**

seit einem Jahr oder kürzer      seit mehr als zwei Jahren bis zu vier Jahren      seit mehr als vier Jahren

**Wie häufig lesen Sie inKONTAKT?**

jede Ausgabe      zwei- bis dreimal im Jahr      seltener

**Welche Ausgabe lesen Sie?**

*(Mehrfachnennung möglich)*

die Ausgabe Ihrer Region

die Ausgaben anderer/  
aller Regionen

die bundesweite Ausgabe

**Würden Sie den Newsletter inKONTAKT weiterempfehlen?**

unbedingt

vielleicht

auf keinen Fall

**Welche Form der Veröffentlichung würden Sie sich in Zukunft wünschen?**

weiterhin als E-Mail mit einem Link zu einem ausdruckbaren PDF

als E-Mail mit einem Link auf die Website [aok-inkontakt.de](http://aok-inkontakt.de), auf der alle Inhalte zugänglich sind

als E-Mail mit kurzen Texten, die jeweils auf weitere Inhalte auf der Website [aok-inkontakt.de](http://aok-inkontakt.de) verlinken

Illustration: iStock.com/Miray Celebi Kabaa

Fortsetzung auf Seite 4

### Wünschen Sie sich ein neues, auf der Website aok-inkontakt.de regelmäßig aktualisiertes Angebot von Terminankündigungen aus der Selbsthilfe?

fände ich sehr hilfreich

brauche ich nicht

### In welchem Organisationstyp sind Sie aktiv?

Regionale Selbsthilfegruppe

Selbsthilfekontaktstelle

Selbsthilfeorganisation auf Landesebene

Krankenkassen

Selbsthilfeorganisation auf Bundesebene

Gesundheitswesen

Sonstiges

### In welchem Bundesland ist Ihr Sitz/Wohnort/Dienstort?

Baden-Württemberg

Niedersachsen

Bayern

Nordrhein-Westfalen

Berlin

Rheinland-Pfalz

Brandenburg

Saarland

Bremen/Bremerhaven

Sachsen

Hamburg

Sachsen-Anhalt

Hessen

Schleswig-Holstein

Mecklenburg-Vorpommern

Thüringen

### Wo sehen Sie Verbesserungsbedarf?

(Freitext)

### Gibt es Themen, die Sie ganz besonders interessieren?

(Freitext)

### Welche Themen interessieren Sie überhaupt nicht?

(Freitext)

Illustration: iStock.com/Miray Celebi Kaba

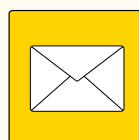
**Online, per E-Mail, Brief oder Fax,  
wir freuen uns über Ihr Feedback.**

Online: [produktundmarkt.de/inKontakt](http://produktundmarkt.de/inKontakt)

Per E-Mail: [info@kompart.de](mailto:info@kompart.de), Betreff inKontakt Leserumfrage

Per Post: KomPart Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG,  
Leserumfrage inKontakt, Rosenthaler Str 31, 10178 Berlin

Per Fax: 030 220 11-105



**DANKE**

