

ersatzkasse report.



SONDERAUSGABE: 1. THÜRINGER SELBSTHILFEPREIS

THÜRINGEN

VERBAND DER ERSATZKASSEN . JANUAR 2017

PREISTRÄGER

Gemeinsam feiern
sie jedes Jahr ihr
neues Leben



FOTO: Kontaktgruppe Lebertransplantierte Jena

MITEINANDER UNTERWEGS

Die Kontaktgruppe Lebertransplantation Jena existiert seit 2011 und ist unter dem Dach der IKOS Jena organisiert. Ihr gehören neun aktive Mitglieder aus Jena und Umgebung an. Jedes Mitglied der Selbsthilfegruppe verdankt sein Leben einer Organspende. Neben regelmäßigen Gruppentreffen führen die Mitglieder mit ihren Angehörigen einen inzwischen zur Tradition gewordenen jährlichen Familienausflug zu einer Thüringer Sehenswürdigkeit durch. Dieser besondere Tag, an welchem die Gruppenmitglieder ihr Leben feiern, findet immer am ersten Samstag im Juni, dem bundesweiten „Tag der Organspende“ statt. Das größte Anliegen der Gruppe besteht darin, viele Menschen für die Organspende zu sensibilisieren und unermüdlich aufzuklären. Dafür waren die Mitglieder der Selbsthilfegruppe z. B. in 2015 3.500 km unterwegs.

SELBSTHILFE – EINE WICHTIGE ERGÄNZUNG ZUM GESUNDHEITSSYSTEM

Sich selbst mit vereinter Kraft helfen!

Mit der Sonderausgabe des ersatzkasse report. wollen sich die Ersatzkassen in Thüringen und ihr Verband nochmals für die aufopferungsvolle und wertvolle Arbeit aller im Bereich der Selbsthilfe Tätigen, aber vor allem bei den Preisträgern, bedanken.

Sie engagieren sich im Ehrenamt, sind teils selbst betroffen, oftmals damit Experten in eigener Sache. Sie bieten Erfahrungsaustausch an und helfen vor allem dort, wo Angehörige überfordert sind. Selbsthilfe lebt von dem Engagement ihrer Mitglieder und ehrenamtlicher Helfer. „Oft ist die eigene Betroffenheit“, so Heike Werner, Thüringer Gesundheitsministerin, „der Schlüssel für den Zugang zu Betroffenen. Sie ist ebenso die Grundlage für die Vermittlung von Wissen und Erfahrung zur besseren Krankheitsbewältigung.“ Nicht nur deshalb findet die Selbsthilfearbeit und das damit verbundene Engagement durch das Thüringer Gesundheitsministerium große Wertschätzung. Als Schirmherrin des ersten Thüringer Selbsthilfepreises lobt Heike Werner aber nicht nur die Arbeit der in der Selbsthilfe Tätigen sondern ebenso die Initiative der Ersatzkassen für die Initiierung des Preises. Gleichzeitig sendet sie anlässlich der ersten Preisverleihung die Botschaft, die unterschiedlichsten Partnerinnen und Partner, wie Ärzteschaft, Apotheken, Medien, medizinische Einrichtungen und

DIE JURYMITGLIEDER WAREN:

Dr. Arnim Findeklee, Leiter der vdek-Landesvertretung Thüringen
Christian Gumprecht, langjähriger Abgeordneter im Thüringer Landtag
Dr. Ellen Lundershausen, Präsidentin der Thüringer Landesärztekammer
Gerd Müller, Thüringer Gesundheitsminister
Peter Schneider, LA-Vorsitzender der Ersatzkassen in Thüringen
Gabriele Wiesner, Leiterin der IKOS Jena

Versorgungsämter sowie andere Akteure noch konkreter in die Selbsthilfearbeit einzubeziehen.

Selbsthilfe, so der Landesausschussvorsitzende der Ersatzkassen in Thüringen, Peter Schneider, hat sich in Thüringen zu einem Stück der Gesellschaft entwickelt und gilt als eine wichtige Ergänzung zum professionellen Gesundheitssystem. Mit ihren bisherigen finanziellen Förderungen würdigen die Ersatzkassen seit vielen Jahren im Freistaat die verantwortungsvolle



Selbsthilfepreis der Ersatzkassen – Ehre wem Ehre gebührt



FOTOS (3): WIECK

von
DR. ARNIM FINDEKLEE
Leiter der
vdek-Landesvertretung
Thüringen

Seit Jahren wird in Thüringen ein beispielhafter ehrenamtlicher Einsatz in der Selbsthilfe geleistet. Viele Thüringer engagieren sich als Betroffene oder Angehörige. Sie leisten einen unverzichtbaren Beitrag für gelebte Solidarität. Gegenseitige Unterstützung, Information und Austausch aber auch konkrete Interessenvertretung, Aufklärung und Prävention stehen im Mittelpunkt. Sie leisten etwas Wertvolles, das kein Gesetzgeber verordnen kann. Dieser tagtägliche ehrenamtliche Einsatz verdient unser aller Respekt!

Die Ersatzkassen haben als Erste in Thüringen erkannt: diese Arbeit verdient eine besondere Ehrung. In einer bislang beispiellosen Aktion haben sie den Selbsthilfepreis ausgeschrieben. Spätestens bei der emotional ergreifenden Übergabe der Selbsthilfepreise wurde jedem Beteiligten klar, wie viel Dankbarkeit unsere Gesellschaft den Menschen schuldet, die sich mit viel Herzblut in ihrer Freizeit der Selbsthilfe widmen. Im Grunde waren die Preisgelder beinahe Nebensache – die Würdigung des Geleisteten in der Öffentlichkeit war das Entscheidende! Die Zeit war überreif, jene selbstlosen Menschen zu ehren. Eigentlich hätte das schon viel früher geschehen sollen! Die Ersatzkassen werden den nächsten Selbsthilfepreis 2018 ausloben, denn es gibt noch sehr viele Engagierte zu ehren.



Arbeit der Selbsthilfeorganisationen, -verbände und vor allem der -gruppen. Um insbesondere die Rolle der Gruppentätigkeiten heraus zu heben, haben sich die Ersatzkassen 2016 erstmals für die Verleihung des ersten Thüringer Selbsthilfepreises mit 6.000 Euro ausgesprochen.

Entgegen dem Vorhaben für die Vergabe von drei Selbsthilfepreisen für besonders beispielgebende Initiativen haben sich die Jurymitglieder aufgrund der 158 Anträge für vier Preisträger (Diese Selbsthilfegruppen erhielten je 1.500 Euro.) und zusätzlich für fünf Einzelpersonen (Sie erhielten je 200 Euro.) entschieden.

Die im Freistaat Thüringen geleistete Arbeit in den vielen Selbsthilfegruppen ist inzwischen nicht mehr wegzudenken. Hier treffen sich Menschen, die ähnliche Probleme, Krankheiten oder Behinderungen haben. Sie tauschen ihre Erfahrung

»Wir brauchen viele Jahre, bis wir verstehen, wie kostbar Augenblicke sein können.«

Ernst Ferstl

aus und stärken sich gegenseitig bei der Bewältigung schwieriger Lebenssituationen. Der Erfolg der Selbsthilfe beruht dabei vor allem auf Eigeninitiative und Eigenverantwortung der Mitglieder. Die

Der Tag hätte nicht emotionaler werden können. Manchem Preisträger kullerten Freudentränen über die Wangen. Die Anwesenden zur Verleihung des Selbsthilfepreises wurden nicht nur durch Grußbotschaften und Laudationen von ihren Gefühlen überwältigt. Am Ende der Veranstaltung, bei der noch mancher Stuhl aufgrund des großen Interesses hinzugestellt werden musste, erhielten die Ersatzkassen ein riesiges Dankeschön von allen Teilnehmern.

wachsende Zahl der Selbsthilfegruppen ist ein Ausdruck für die Bereitschaft vieler Menschen, mehr Selbstverantwortung zu übernehmen.

In Deutschland sehen etwa 30 Prozent der erwachsenen Bevölkerung in Selbsthilfegruppen für sich einen Weg, um sich ihren persönlichen Problemen zu stellen. Gerade für Menschen, für die zunehmend chronische Erkrankungen oft gravierende Einschnitte nicht nur im beruflichen, sondern auch im privaten Bereich mit sich bringen, sind Selbsthilfegruppen eine wichtige Stütze und eine Quelle, um wieder neuen Mut zu schöpfen. ■



DIE PREISTRÄGER UND DIE JURY

KREISORGANISATION SAALE-HOLZLAND-KREIS DES BLINDEN- UND SEHBEHINDERTENVERBAND THÜRINGEN E. V.

Ich sehe diese Ehrung als Auszeichnung für unsere Mitglieder.



Christian Vogel (links im Bild neben Dr. Arnim Findeklee) leitet die Geschicke der Kreisorganisation Saale-Holzland-Kreis des Blinden- und Sehbehindertenverband Thüringen e. V. als Vorsitzender. Der Selbsthilfegruppe gehören inzwischen 50 Blinde und Sehbehinderte wie auch Fördermitglieder an. Mit ihren Vorträgen in Grund- und Regelschulen, Gymnasien und Ausbildungsstätten für Gesundheits- und Heilberufe sensibilisieren die Gruppenmitglieder für Blindheit und Sehbehinderung. Simulationsmittel erlauben dabei eine sehr praxisnahe Unterweisung.

Zu einem der wohl dankbarsten Projekte gehören die Haltestellenansagen in den Bussen des ÖPNV im Saale-Holzland-Kreis in Zusammenarbeit mit der Verkehrsgesellschaft JES (Jena-Eisenberg-Stadtroda).

Mit ihrem neuen Projekt „Blickpunkt Auge“ wollen die Selbsthilfegruppenmitglieder in Zusammenarbeit mit Augenärzten all jene Menschen erreichen, denen eine Sehbehinderung bzw. Blindheit droht.

Christian Vogel betonte in seinen Dankesworten, dass er diese Ehrung als Auszeichnung für seine Mitglieder wertet.

KREUZBUNDGRUPPE SÖMMERDA

Bei uns passiert viel mehr als die wöchentliche Gruppenstunde.



Für die Gruppenmitglieder der Kreuzbundgruppe Sömmerda (Frank Hübner von der SH-Gruppe zwischen Jörg Muck vom Gesundheitsministerium und Dr. Arnim Findeklee) spielt die Auseinandersetzung mit der SUCHT eine große Rolle. Damit haben sie ihre Erfahrung gesammelt und sich bewusst dagegen entschieden. Sie haben es sich zum Ziel gesetzt, andere Menschen mit Suchtproblemen so früh wie möglich zu erreichen, um auch sie in das Hilfesystem zu integrieren. Sie suchen Kontakte in Arztpraxen, Jobcentern, Schuldnerberatungsstellen, aber auch in Schulen, Suchtberatungsstellen oder Kliniken.

Als ehemalige Selbstbetroffene stellen sie sich jedoch nicht nur den Fragen der Schüler, sondern geben ihre Erfahrungen auch an Ärzte weiter. Die Gruppe ist offen für alle Süchte und besonders für jene wichtig, welche Krisensituationen zu bewältigen haben. In ihren Gruppengesprächen geht es vor allem darum, ein zufriedenes Leben ohne Suchtmittelkonsum zu erreichen. Über den Selbsthilfepreis haben sie sich sehr gefreut und sehen damit eine große Wertschätzung ihrer Arbeit.

SELBSTHILFEGRUPPE BLASENKREBS SUHL G. V.

Mit der Krankheit leben und wieder Freude am Leben empfinden!



Diagnose Blasenkrebs. Menschen mit dieser Diagnose sehen sich nicht nur zutiefst betroffen. Sie fühlen sich meist aus ihrem bisherigen Leben geworfen. In solchen Situationen können Gruppen von Menschen, die gleiche oder ähnliche Erfahrungen gemacht haben, eine große Hilfe sein.

Die Suhler Selbsthilfegruppe Blasenkrebs g. V. (2.v.r. Dieter Werner aus der SH-Gruppe mit Jörg Muck, Dr. Arnim Findeklee und Christian Gumprecht v.l.n.r.) hilft. Sie unterstützt Betroffene, hilft dort, wo „Not am Manne“ ist. Wichtig dabei ist, miteinander über die

Krankheit und die damit verbundenen Sorgen, Nöte und Ängste offen zu sprechen. Häufig erhalten sie dabei Hilfe und Unterstützung von Fachärzten. Mit ihren Aktionstagen zur Männergesundheit haben es sich die Mitglieder dieser Selbsthilfegruppe zum Ziel gemacht, sich mit dieser Krankheit bewusst auch in der Öffentlichkeit auseinanderzusetzen. Plakate und Flyer unterstützen diese Aktionen genauso wie Gesprächsrunden und Vortragsreihen.

Ihr Appell lautet: Mehr auf die Gesundheit zu achten.

Dieses tagtägliche Engagement verdient unser aller Respekt!

Neben der Ehrung von vier Selbsthilfegruppen haben sich die Ersatzkassen und ihr Verband für die Würdigung besonders engagierter Selbsthilfevertreter mit dem Selbsthilfe-Sonderpreis entschieden.

Sie alle verbindet eines: sie helfen, wo sie gebraucht werden, aufopferungsvoll und uneigennützig. Die eigene Erkrankung stellen sie meist in den Hintergrund. Und auch ihre Familien beziehen sie oftmals in ihre ehrenamtliche Arbeit mit ein.



FOTOS (5) vdek

Kati Witschel

Sie ist eine besondere und vor allem sehr engagierte Frau. Seit mehr als zwei Jahren betreut sie den Diabetiker Seniorenclub in Wiehe weil es ihr Spaß macht, mit älteren Menschen zu arbeiten und sie im täglichen Leben zu begleiten. Sie sorgt nicht nur für die Unterhaltung im Seniorenclub, sondern ist auch immer da, wenn es darum geht, besondere Alltagsprobleme zu meistern.

Kati Witschel sagt über sich selbst: „Ich bekomme Hartz IV. Das heißt aber nicht, dass ich deshalb zu Hause sitzen muss. Von montags bis donnerstags betreue ich die Senioren in den Räumlichkeiten, welche uns von der Stadt zugewiesen werden.“ Der MDR würdigte ihr Schaffen mit einem

Beitrag im Thüringen Journal.

Magdalene Pfeifer



Mit ihren 87 Jahren zählt sie zu den ältesten und zugleich rastlosen Vertreterinnen der Selbsthilfe. Trotz eigener schlimmer Erkrankung kümmert sie nach wie vor hingebungsvoll

um alle Mitglieder ihrer Selbsthilfegruppe Arthrose Greiz, was ihr, so erfuhren wir, zugegeben immer schwerer fällt und sie sich gern eine Nachfolgerin oder einen Nachfolger wünscht. Für ihr inzwischen fast 25jähriges unermüdliches Schaffen würdigen die Ersatzkassen sie mit dem Selbsthilfe-Sonderpreis und hoffen, ihr Wunsch möge schnell in Erfüllung gehen.

Angelika und Lothar Lindner

Das Ehepaar Angelika und Lothar Lindner betreut gleich mehrere Selbsthilfegruppen. 1993 gründete Angelika Lindner ihre



erste SHG Diabetes Nordhausen. Im Jahr 2000 gründete sie die Selbsthilfegruppe Frauenselbsthilfe nach Krebs, die Selbsthilfegruppe Herz/Kreislauf und die Selbsthilfegruppe Kochen & Backen für Diabetiker. Darüber hinaus ist Angelika Lindner zehn Jahre im Behindertenbeirat der Stadt Nordhausen und seit sieben Jahren im Tumorbeirat des Südharz-Klinikums Nordhausen tätig. 2014 hat Angelika Lindner die SHG Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa mitbegründet und wirkt auch dort aktiv mit. Ohne die Hilfe und Unterstützung durch ihren Mann Lothar hätte sie die vielen Aufgaben, so Frau Lindner, nicht wahrnehmen können.

Edgar Ringel

Seit 25 Jahren betreut Edgar Ringel Menschen mit „Multiple Sklerose“, der

Krankheit mit den tausend Gesichtern. Mit seinem PKW sorgt er für den Transport der Betroffenen und genießt inzwischen großes Vertrauen in der Selbsthilfegruppe. Er selbst sagt, dass es ihm immer ein gutes Gefühl gibt, wenn ihm für seine



Hilfe mit den Worten „das hätten wir ohne Euch nicht gesehen oder erlebt!“ gedankt wird. Edgar Ringel wurde für seinen selbstlosen Einsatz insbesondere der Rollstuhlfahrer, welche auf besondere Hilfen angewiesen sind, geehrt.



Silke Aepfler

Sie gehört zu den Menschen, die trotz eigener starker Sehbeeinträchtigung anderen sehbehinderten und blinden Menschen in ihrer sehr freundlichen und wohlthuenden Art und Weise gern hilft.

2015 hat sie sich mit ihrer Selbsthilfegruppe dem Projekt „Blickpunkt Auge“ angeschlossen und als erste Kreisorganisation in Thüringen eine Beratungsstelle „Blickpunkt Auge“ eröffnet. Dort berät sie nicht nur blinde und sehbehinderte Menschen, sondern hilft allen, die es wünschen. ■

IMPRESSUM

Herausgeber

Landesvertretung Thüringen des vdek
Lucas-Cranach-Platz 2, 99099 Erfurt

Telefon 03 61 / 4 42 52-0

Telefax 03 61 / 4 42 52-28

E-Mail Kerstin.Keding@vdek.com

Redaktion Kerstin Keding-Bärschneider

Verantwortlich Dr. Arnim Findeklee

Druck Lausitzer Druckhaus GmbH

Konzept ressourcenmangel GmbH

Grafik schön und middelhaufe

ISSN-Nummer 2193-2158