

# ersatzkasse report.



SONDERAUSGABE zur Ehrung der Preisträger des 3. Thüringer Selbsthilfepreises der Ersatzkassen

## THÜRINGEN

VERBAND DER ERSATZKASSEN . DEZEMBER 2020

### WÜRDIGUNG

## Dankeschön für das Engagement in der Selbsthilfe!



### 3. THÜRINGER SELBSTHILFEPREIS der Ersatzkassen

In diesem Jahr war vieles anders. Großveranstaltungen konnten unter den noch immer anhaltenden Pandemiebedingungen nicht durchgeführt werden. Dennoch haben alle Preisträger den 3. Thüringer Selbsthilfepreis erhalten. Das war allerdings nur möglich durch das große Engagement aller an dieser Aktion Beteiligten. Wir danken insbesondere allen Jurymitgliedern. Wir danken dafür, dass sie uns ihre Laudationen für die Selbsthilfegruppen und Einzelpreisträger zur Verfügung stellten und wir diese den Preisträgern überbringen konnten. Wir danken der Thüringer Gesundheitsministerin Heike Werner, welche nicht nur den Preisträgern des diesjährigen Selbsthilfepreises, sondern allen anderen Mitwirkenden ihre Hochachtung für die geleistete Arbeit entgegenbrachte und allen für die nächsten Jahre viel Schaffenskraft wünschte.

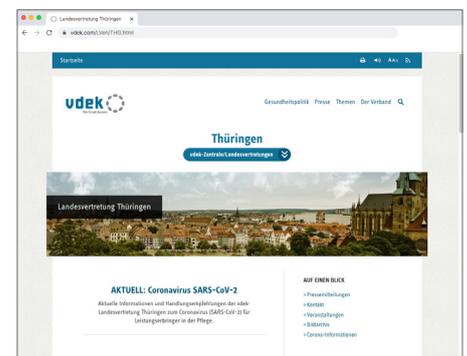
### IN EIGENER SACHE

## Liebe Leserinnen und Leser,

die Digitalisierung schreitet mit großen Schritten voran, im Gesundheitswesen genauso wie in anderen relevanten Bereichen der Gesellschaft. Dazu gehört auch die Medienlandschaft, die sich in den vergangenen Jahren rasant verändert hat und sich weiterhin im Wandel befindet. Die Berichterstattung erfolgt schneller, aktueller und interaktiver. Die klassischen Printprodukte wie Tages- und Wochenzeitungen sowie Magazine und Broschüren werden durch digitale Angebote ergänzt. Inhalte auf Webseiten gewinnen zunehmend an Bedeutung. Soziale Medien wie der Mikroblogging-Dienst Twitter spielen eine immer größere Rolle. Verbreitung und Nachfrage von Informationen verändern sich.

Auch der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) setzt auf online und stellt sich entsprechend neu auf – auch was die Ausrichtung unserer Öffentlichkeitsarbeit betrifft. So stellen wir ab dem kommenden Jahr aktuell relevante gesundheitspolitische Inhalte anschaulich und prominent auf der Internetseite unserer vdek-Landesvertretung dar. Unter der Rubrik „Fokus“ finden Sie beispielsweise Hintergrundinformationen, Kurzinterviews, Positionen, Daten und Fakten zu ausgewählten Themen. Zudem werden wir als vdek-Landesvertretung in Zukunft auf Twitter mit einem eigenen Account noch direkter und im Austausch kommunizieren. Für mehr Aktualität.

Umfragen und Rückmeldungen aus unserer Leserschaft zeigen, dass zunehmend digitale Formate gegenüber Printprodukten gewünscht sind. Was auch dazu führt, dass Sie jetzt gerade den letzten *ersatzkasse report*. in der Hand halten. Nahezu 30 Jahre lang – angefangen als Ersatzkassen Report – begleitete er unsere politische Arbeit. Aber alles hat seine Zeit und es war eine wichtige Zeit für uns. Und sie lebt weiter fort, indem künftig in unserer breiter aufgestellten Verbandspublikation *ersatzkasse magazin*. länderspezifische Themen stärker berücksichtigt werden.



Natürlich erzeugen drei schöne und spannende Jahrzehnte auch ein klein wenig Wehmut. Und doch freuen wir uns sehr darauf, Sie fortan über digitale Kanäle zu erreichen und mit der gewohnten Tiefe auch im digitalen Zeitalter auf dem Laufenden zu halten. Auf viele weitere gemeinsame Jahre. ■

## Selbsthilfe – eine starke Säule unserer Gesellschaft

In Erfurt haben die Ersatzkassen fünf Einzelpreisträger und fünf Selbsthilfegruppen mit dem 3. Selbsthilfepreis geehrt. Ministerin Werner dankte allen Preisträgern mit einer persönlichen Botschaft.

**S**ehr geehrte Damen und Herren, auch wenn dieses Jahr aufgrund der Corona-Pandemie die feierliche Übergabe an die Preisträger nicht wie gewohnt stattfinden kann, möchte ich allen Preisträgern meine Anerkennung und meinen Dank für den beispielhaften ehrenamtlichen Einsatz in der Selbsthilfe aussprechen. Viele Menschen in unserem Land erbringen auch unter den Herausforderungen der Corona-Pandemie mit großem persönlichen Engagement einen unverzichtbaren Beitrag für gelebte Solidarität im Alltag.

Die noch immer anhaltenden Einschränkungen haben gravierende Auswirkungen auf die Zivilgesellschaft. Aufgrund der sozialen Distanzierung konnten Kontakte nicht mehr stattfinden. Ihnen allen ist es zu verdanken, dass sich in dieser schweren Zeit, die Betroffenen trotzdem mit ihren Anliegen an ihre Selbsthilfegruppen wenden konnten, um Hilfe und Unterstützung für sich und ihren Angehörigen zu erhalten.

### Sie helfen und unterstützen

Wir alle profitieren von einem guten Selbsthilfesystem, denn Selbsthilfe, das sind immer die Menschen, die sich im Netzwerk Selbsthilfe bewegen. Menschen, die sich und andere mit ihrem Engagement entlasten und dahingehend bereichern, Erfahrungen auszutauschen, sich zu unterstützen, aber auch das Leben lebenswerter und bunter zu machen.

Viele Bereiche des öffentlichen und sozialen Lebens sind ohne ehrenamtliche

Unterstützung kaum mehr vorstellbar. Jede Region, ob städtisch oder ländlich geprägt, wird durch praktisch geleistete ehrenamtliche Tätigkeit – lebens- und lebenswert. Wertschätzung und Anerkennung gegenüber den Protagonisten ist Ausdruck der Achtung und des Respektes. Das gelebte Ehrenamt gibt der Demokratie ein Instrument der Mitbestimmung.

In diesem Sinne möchte ich allen Preisträgerinnen und Preisträgern, aber auch allen anderen Mitwirkenden meine Hochachtung für die geleistete Arbeit entgegenbringen und Ihnen für die nächsten Jahre viel Schaffenskraft wünschen. ■



GESUNDHEITSMINISTERIN HEIKE WERNER

FOTO: Delf Zeh

### 3. THÜRINGER SELBSTHILFEPREIS

## Ehrung der Preisträger erfolgte anders als gewohnt

Corona bedingt verliefen die vdek-Veranstaltungen in diesem Jahr anders als vorgesehen. So auch die Ehrung der Preisträger des diesjährigen Selbsthilfepreises der Ersatzkassen. Die Vergabe des Selbsthilfepreises fand – wie vorgesehen – am 7. Oktober 2020 statt, aber in einem neuen kontaktarmen Veranstaltungsformat und ohne Laudatoren und ohne weitere Gäste. Die Vergabe der Selbsthilfepreise erfolgte in drei Ehrenrunden. So erhielten die Einzelpreisträger in einer ersten Runde ihre Preise. In einer zweiten und dritten Runde wurden dann die Preise an die Selbsthilfegruppen durch

Ersatzkassenvertreter überreicht.

Zwischen den einzelnen Ehrungen nutzten die Preisträger und die Vertreter aus den Ersatzkassen und der vdek-Landesvertretung die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen. Dabei erhielten die Ersatzkassenvertreter viele neue Informationen über die Arbeit in den Selbsthilfegruppen. Trotz Pandemiebedingungen fanden die Selbsthilfegruppen Wege der Verständigung untereinander. Über die Verwendung der Preisgelder wollen die Preisträger gemeinsam in ihren Gruppen beraten. Ideen dazu haben sie bereits.

## GRUPPENEHRUNGEN

# Sie kämpfen gemeinsam, helfen und machen Mut

Einfach haben es sich die Jurymitglieder bei der Wahl der Preisträger nicht gemacht. Bei zwei Selbsthilfegruppen entschlossen sie sich, den Preis zu teilen, da ihn beide Gruppen verdient hatten.

Immer wieder stellt uns das Leben vor neue Herausforderungen. Wie wir diesen begegnen, liegt an uns selbst. Die Diagnose Krebs stellt Betroffene und ihre Familienangehörigen vor eine außergewöhnliche Situation. In diesen außergewöhnlichen Situationen können Selbsthilfegruppen Rückhalt und Unterstützung geben.

In den beiden Selbsthilfegruppen „Nach Krebs Greiz“ und „Junge Frauen mit und nach Krebs Artern/Sömmerda“ finden Frauen Gleichgesinnte. Sie kämpfen gemeinsam, geben sich gegenseitig Mut und Unterstützung und sprechen über ihre Sorgen und Ängste. Das macht Mut!

## Motiviert und engagiert und immer mit neuen Ideen unterwegs

In der Laudatio für die Selbsthilfegruppe „Nach Krebs Greiz“ wurde insbesondere die unglaubliche Fleißarbeit dieser Selbsthilfegruppe gewürdigt, die in filigraner Kleinstarbeit den Osterbrunnen in Greiz mit 4.500 eingehäkelten Ostereiern geschmückt hatte. Die von Hand gebaute Osterkrone, die den kompletten Brunnen einnahm, wurde zudem im Bürgermagazin der Stadt Greiz gelobt. Die farbenfrohe Überraschung, die nur in gemeinsamer Teamarbeit umsetzbar war, spricht eindeutig für das Durchhaltevermögen und die Kreativität, die sich in dieser Selbsthilfegruppe entfaltet. Mit ihrer Initiative zauberten die Mitglieder der Selbsthilfegruppe den Greizer Bewohnern in der schwierigen Corona bedingten Zeiten zudem ein Lächeln ins Gesicht.



PREISTRÄGER: Silvia Golle und Barbara Ebert von der Selbsthilfegruppe „Nach Krebs Greiz“ und Jaqueline Wipper von der Selbsthilfegruppe „Junge Frauen mit und nach Krebs Artern/Sömmerda“

## „Krebs kommt wie ein Erdbeben. Nichts ist mehr so, wie es wahr.“

Auch in der Selbsthilfegruppe „Junge Frauen mit und nach Krebs Artern/Sömmerda“ haben sich die Mitglieder einer besonderen Aufgabe verpflichtet. Laudator Peter Schneider, Landesgeschäftsführer der Kaufmännischen Krankenkasse, verlieh dieser Selbsthilfegruppe den Preis und verband dies mit einer persönlichen Erfahrung.

## Filigrane Handarbeiten von Herzen

Mit sehr emotionalen Worten schilderte er, wie er eine Familienangehörige nach einer Brustkrebsbehandlung aus dem Krankenhaus abholte und sie ihm freudestrahlend ein Herzkissen zeigte. Herzkissen haben neben dem medizinischen Aspekt auch

einen großen emotionalen Wert und unterstützen beim Kampf gegen die Erkrankung. Dieses hatte Peter Schneider so auch im Familienkreis selbst erfahren und dafür dankte er den Frauen aus der Selbsthilfegruppe „Junge Frauen mit und nach Krebs Artern/Sömmerda“ besonders. Richtig gut, so verwies er ebenso in seiner Laudatio, kommt bei den Krankenkassen auch die Teilnahme am sogenannten LAUF NACH KREBS an, denn das zeigt, wie wichtig es ist, vor der Krankheit nicht zu resignieren, sondern erst recht weiterzumachen. Er wünschte den Preisträgern: „Bleiben Sie auch weiterhin so optimistisch und packen Sie auch weiterhin so tatkräftig zu, so, wie wir Sie kennen und schätzen gelernt haben!“

Laudator für die Selbsthilfegruppe „Nach Krebs Greiz“ war Christoph Zippel, MdL. ■

## GRUPPENEHRUNG

### Selbsthilfegruppe „Mobbing und Diskriminierung“

Laudatorin Bianca Deutschendorf vom Thüringer Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie würdigt die Arbeit der Selbsthilfegruppe „Mobbing und Diskriminierung“: „Die Selbsthilfegruppe hat in ihrer Bewerbung ihr tagtägliches Engagement eingehend dargestellt und damit gezeigt, dass dieses Thema in der heutigen Zeit immer mehr an Bedeutung erfährt und wie wichtig es ist, den Betroffenen Hilfe anbieten zu können. Mobbing und Diskriminierung finden in allen Lebensbereichen statt – wie z. B. Mobbing im Alltag, in der Familie, in der Ausbildung oder im Arbeitsleben, aber auch Diskriminierung aufgrund einer ethnischen Herkunft, des Geschlechts, des Alters, einer Erkrankung oder einer Behinderung / Handicaps.



ANNETTE ZEMITZSCH

Die Selbsthilfegruppe ist ein Ort für Betroffene, welche Mobbing und / oder Diskriminierung erleben mussten oder sich gerade darin befinden. Von großer Bedeutung ist, dass bei den Erzählungen der Betroffenen die anderen Mitglieder erstmal urteilsfrei bleiben und dass dabei ein gewissenhafter, umsichtiger und einfühlsamer Umgang berücksichtigt wird.“

FOTOS (2) vdek-Landesvertretung Thüringen

## EINZELPREISTRÄGERIN

### Antje Noack, Selbsthilfegruppe CI-Träger Weimar



ANTJE NOACK

Cochlea-Implantate (CI) können bei schwerem Hörverlust helfen, wenn Hörgeräte keine Hilfe mehr bringen. Deutschlandweit tragen rund 50.000 Menschen eine Innenohrprothese. Antje Noack, die selbst Trägerin eines CI-Implantats ist, organisiert als Leiterin die Selbsthilfegruppentätigkeit. Dazu gehört ein monatliches Treffen der Mitglieder und aller, die vor der Entscheidung stehen, ein CI-Träger zu werden.

Dabei werden vielfältige Themen erörtert, wie Fragen zum Hören und Verstehen mit Hörgeräten, Beratung zum Grad der Behinderung, Unterstützung bei der Beantragung von Hörhilfen und auf Wunsch Besuche in Pflegeheimen oder betreutem Wohnen. Durch die engagierte Leitung wurden gemeinsame Veranstaltungen besucht, u. a. Fachvorträge von erfahrenen HNO-Ärzten, und Netzwerktreffen in Thüringen und Sachsen-Anhalt.

Um Kommunikationsbarrieren zu überwinden, plant die Gruppe über Videokonferenzen zu informieren und zu unterstützen.

Im Namen der Jury danke Bianca Deutschendorf aus dem Thüringer Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie Antje Noack für Ihren ehrenamtlichen Einsatz auf dem Gebiet der Selbsthilfe.

## VORGESTELLT

### Wachkoma – Schicksal und Herausforderung für alle



GRAPHIK Bundesverband Schädel-Hirnpatienten in Not e.V.

Auch, wenn die Regionalgruppe der Schädel-Hirnpatienten nicht zu den Trägern des 3. Thüringer Selbsthilfepreises der Ersatzkassen gehört, ist ein großes Dankeschön für ihr unermüdliches ehrenamtliches Engagement an dieser Stelle angebracht. Was wäre die Selbsthilfe ohne Menschen, welche sich mit all ihrer Kraft im Ehrenamt engagieren?

Martin Korb und seine Frau Klara betreuen ihre Regionalgruppe der Schädel-Hirnpatienten bereits seit 15 Jahren. Sie sind Ansprechpartner zu allen Themen bei Schädel-Hirnverletzungen und Koma / Wachkoma. Die Tochter Susanne ist 2004 an den Folgen eines Unglückes verstorben. Seit her setzen sich die Korbs unermüdlich im Sinne der Betroffenen für Verbesserungen in der Versorgung von Menschen mit Schädel-Hirntraumen ein. Als sie von der Preisverleihung erfuhren, baten sie die vdek-Landesvertretung, über ihre Arbeit in der Selbsthilfegruppe und über ihre ersten großen Erfolge zu informieren.

„Wir haben inzwischen drei Wiedererwachte aus dem Koma. Einer davon hat inzwischen den wiedergewonnenen Spaß am Kegelsport gefunden. Wir alle sind hoffnungsvoll begeistert, dass es auf diesem Weg so weitergeht.“

Wir wünschen der Regionalgruppe der Schädel-Hirnpatienten alles erdenklich Gute!

## EINZELPREISTRÄGER

## Es ist Verlass auf Klaus Brohm, Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose

Multiple Sklerose kann man immer noch nicht heilen, aber mit Medikamenten eindämmen. Umso schöner ist es zu sehen, wie sich andere darum bemühen, Menschen mit Multipler Sklerose (MS) ein Maximum an Lebensfreude zu schenken oder das schier Unmögliche möglich zu machen. Allein die hohe Anzahl an Selbsthilfeorganisationen für MS in Deutschland zeigt, dass es viele, viele Menschen gibt, die allen Umständen zum Trotz Angehörige pflegen und ihnen ein Leben zu Hause ermöglichen, die in der Öffentlichkeit aktiv sind und auf Multiple Sklerose aufmerksam machen oder die besondere Aktionen starten, um verloren Geglauhtes neu zu leben. Seit 14 Jahren ist Klaus Brohm kompetenter und zuverlässiger Partner für Multiple Sklerose-Erkrankte in Suhl. Er hat es sich zum Ziel gesetzt, die Lebenssituation der Erkrankten und ihrer Angehörigen nachhaltig zu verbessern.

Von 2006 bis 2014 war er Gruppensprecher der Selbsthilfegruppe in Suhl und hat sich in dieser Zeit tatkräftig und sachkundig um die Betreuung und Führung der Gruppe gekümmert. 2014 musste er die Leitung aus gesundheitlichen Gründen abgeben. Dennoch gestaltet er bis heute mit großem Engagement die Gruppentreffen aktiv mit.



FOTOS (2) wdek-Landesvertretung Thüringen

KLAUS BROHM

**Ein vertrauensvoller Ansprechpartner:** Es ist Verlass auf Klaus Brohm, das schätzen nicht nur die Mitglieder der Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe in Suhl. Er ist ein vertrauensvoller Ansprechpartner und hat immer ein offenes Ohr für die Anliegen. Er ist für die Menschen da und war eine wichtige Stütze in der Zusammenarbeit mit den einzelnen Gruppen Südthüringens. Klaus Brohm ist ein Mann, der vieles möglich macht.

Edith Diez und Cornelia Schatz bringen es im Bewerbungsschreiben für den Selbsthilfepreis trefflich auf den Punkt: „Mit seinem Engagement war er Vorreiter der heutigen Gruppenarbeit und Betreuung MS Erkrankter!“

Die Laudatio für Klaus Brohm überbrachte Steffanie Gassner von der TK-Landesvertretung Thüringen.

## GRUPPENEHRUNG

## Auf Freunde kann man sich verlassen – sie sind ein Geschenk!



BODO SCHMIDT

Freunde zu haben ist wichtig – in guten Zeiten aber noch viel mehr in schlechten Zeiten. Richtige Freunde erkennt man daran, dass sie einem in solchen Situationen zur Seite stehen. Menschen, die an Suchtkrankheiten leiden, möchten anfänglich nicht, dass ihre Freunde und ihre Familie etwas von ihrer Krankheit mitbekommen. Sie wollen es sich manchmal selbst nicht eingestehen, dass sie krank sind, und sie glauben nicht, dass sie Hilfe brauchen. Professionelle Hilfe lehnen sie ab: „So schlimm ist es doch noch nicht. Ich schaffe das schon alleine. Ich möchte nicht in eine bestimmte Schublade hineingesteckt werden“.

Der Freundeskreis für Suchthilfe in Sonneberg wurde 2008 als Selbsthilfegruppe für Suchtkranke und Angehörige gegründet. Und obwohl es in der Stadt bereits zwei Selbsthilfegruppen gab, haben sich Freunde zusammengefunden und sich erfolgreich geholfen. Gemeinsam mit den Freundeskreisen in Ohrdruf, Friedrichroda und Eisfeld waren die Sonneberger Mitbegründer des Landesverbandes Thüringen der Freundeskreise bundesweit und wurden durch die Gemeinschaft noch weiter gestärkt.

**Laudatorin für die Selbsthilfegruppe „Freundeskreis für Suchtkranke und Angehörige Sonneberg“ ist Dr. med. Annette Rommel, 1. Vorsitzende der Kassenärztlichen Vereinigung Thüringen:** Was zeichnet den Freundeskreis für Suchtkranke und Angehörige Sonneberg aus? Das sind unter anderem ganz besondere Veranstaltungen, die der Freundeskreis organisiert zum Thema „Kinder aus suchtbelasteten Familien“ an Schulen, das Theaterstück „machtlos“ #machtlos – Aufführungen wurden an Schulen und als öffentliche Veranstaltungen durchgeführt und weitere sind geplant.

Aber auch die Prävention ist ein wichtiges Ziel für den Sonneberger Freundeskreis – Aufklärung an Schulen, in Firmen und in der Öffentlichkeit. Die Zusammenarbeit mit Fach- und Psychiatrischen Kliniken ist selbstverständlich. Dort sind sie regelmäßig präsent und stellen sich den Patienten vor. Dadurch werden Berührungsängste abgebaut und den Suchtkranken für die Zeit nach der stationären Behandlung Wege eröffnet.

### Wer einen Baum pflanzt, wendet sich wieder dem Leben zu

Wenn Kinder vor den Eltern aus dem Leben gehen, ist das immer unnatürlich und zu früh, und die Trauer durchdringt die Familien gleichsam, egal wie alt das Kind geworden ist. Es hätte seinen Platz in der Familie gehabt, wäre gewachsen und selbstständig geworden.



RICARDA RÖBLER  
UND ANDREA GROß

Wenn Eltern in ihrer Trauer das Potential des Austauschs mit anderen Trauernden erkennen, dann kann die SHG Verwaiste Eltern Nordhausen einen geschützten Raum geben, mit monatlichen Treffen, kreativer Trauerarbeit, Naturerleben, gemeinsamem Weinen und Lachen. Im Miteinander kann es besser gelingen, den Verlust der eigenen Kinder in die persönliche Biografie zu integrieren. Die Trauer um das Kind braucht einen Raum, die Möglichkeit, gehört zu werden und über den Schmerz sprechen zu können.

Das Projekt „Regenbogenwald“ hat sich an vielen Stellen im Land bereits etabliert. Bäume überleben uns häufig, und Regenbögen verbinden die Erde mit der Weite des Himmels als eine mögliche Brücke zu den verstorbenen Kindern. Nun werden auch Eltern und Angehörige im Südharz Bäume für ihre verstorbenen Kinder pflanzen als Zeichen ihrer Liebe und für die Hoffnung auf neues Leben.

## EINZELPREISTRÄGER

### Nichts macht mehr Freude als ein nützliches Ehrenamt

„Welche Erfahrungen haben Sie in Jena mit überregional agierenden Selbsthilfegruppen? Wie kann eine Sonneberger Gruppe mit wenigen Mitgliedern wachsen und für ganz Südthüringen aktiv werden?“

Im Alter von 68 Jahren erhielt Herr Sittig im August 2015 die erschreckende Diagnose Leukämie. Das klang extrem lebensbegrenzend und hätte ihn betroffen, wenn die Suche nach der berühmten Stecknadel im Heuhaufen und damit nach einem passenden Spender für Blutstammzellen nicht doch erfolgreich gewesen wäre. Trotz langer sieben Monate in ständigem Hoffen und Bangen in der Klinik hat ihn der Lebensmut doch nie ganz verlassen.

Wer mit Herrn Sittig heute zu tun hat, kennt ihn als optimistischen und tatkräftigen Mann, der viel Energie in den Einsatz für tumorkranke Menschen steckt. Seine Krankengeschichte mit Auf und Ab und schlussendlich mit einer erfolgreichen Stammzellspende brachte ihn dazu, anderen Erkrankten aus seinem Überlebensschatz abzugeben und seine Erfahrungen

zu teilen. Selbsthilfe war und ist für ihn das Mittel zum Zweck.

Gerade erst stammzelltransplantiert gründete Herr Sittig 2017 in Sonneberg seine erste lokale Selbsthilfegruppe. Bereits Anfang 2019 konnte er diese in Leukämie-Selbsthilfegruppe Südthüringen umbenennen. Seine Bestrebungen von einer anfänglich kleinen örtlichen SHG zu einem überregionalen Selbsthilfeverbund waren von Erfolg gekrönt.

[Entnommen den Laudatien von Gabriele Wiesner, IKOS Jena – Beratungszentrum für Selbsthilfe](#)

„Nichts macht mehr Freude als ein nützliches Ehrenamt“, sagte er im Gespräch. Sein Ehrenamt reicht von persönlicher Beratung und praktisch orientiertem Beistand für andere Erkrankte, Genesene und deren



GERHARD SITTI

Angehörige über Öffentlichkeitsarbeit bis hin zum Netzwerken mit Kliniken und der DKMS.

Es ist sehr hilfreich für Betroffene, dass sie nach niederschmetternder Diagnose Beistand aus der Selbsthilfe bekommen, am großen Erfahrungsfundus partizipieren und somit ihre LebensCHANCEN optimieren können. „Wir in der Gruppe möchten Erkrankte unterstützen, ihnen Halt und Hilfe zuteilwerden lassen, ihnen Mut machen und Hoffnung geben“, antwortete Gerhard Sittig in einem Zeitungsinterview einige Monate nach Gründung der SHG auf die Frage, was seine Selbsthilfegruppe ausmache. Dem ist nichts hinzuzufügen! ■

## EINZELPREISTRÄGER

## Manchmal ist ein Augenblick länger als ein Tag

Herbert Hellmund ist seit 2008 in der Selbsthilfe tätig. Seit 2009 begleitet er Patienten in einer Klinik. Seit 2010 arbeitet er in der Leitung des Landesverbandes mit und wird 2013 in das Präsidium des Bundesverbandes gewählt. Von 2014 bis 2018 war er Vizepräsident im Bundesverband und ist seit 2018 Präsident des Bundesverbandes. Er ist zudem 1. Vorsitzender des Bezirksvereins der Kehlkopferierten in Erfurt und 1. Vorsitzender des Landesverbandes der Kehlkopferierten Thüringen.



HERBERT HELLMUND

**Aus der Laudatio von Marcus Kaiser, DAK:** „Vor so viel Engagement bleibt mir nur, den Hut zu ziehen und Ihnen für Ihre Arbeit vielfach im Namen der DAK zu danken. Ich darf das natürlich in einer Art und Weise tun, wie wir es im Haus der Ersatzkassen inzwischen seit vier Jahren handhaben: wir überreichen

auch Ihnen den diesjährigen Selbsthilfepreis der Ersatzkassen für Ihr langjähriges und umfangreiches Mitwirken im Bereich der Selbsthilfe, für Ihre aufopferungsvolle und unterstützende Hilfe für Menschen, die eine besondere Hilfe und Fürsorge benötigen!

Sie sind seit mehr als 12 Jahren in der Selbsthilfe tätig und betreuen Neuerkrankte ab dem Punkt der Diagnosestellung seit über 10 Jahren.

Dank Ihres Engagements und Ihrer Arbeit werden die Betroffenen in einer schwierigen Lebenssituation kompetent betreut, ganz nach dem Grundsatz „Gleichbetroffenen für Gleichbetroffene“.

## ZUM SCHLUSS

## Ein kleiner Rückblick



FOTO: stickfiguren.de – stock.adobe.com

**T**rotz der erschwerten Umstände durch die Corona-Pandemie bewarben sich insgesamt 58 der in Thüringen tätigen Selbsthilfegruppen für den 3. Selbsthilfepreis. Der Jury hatte es schwer, aus dieser Fülle die Preisträger auszuwählen.

Dabei hätten die Gruppen unterschiedlicher kaum sein können – die Bewerbungen kamen aus Gruppen mit Herzkrankheiten und Schlaganfall, mit Rheuma- und Krebsdiagnosen oder mit Osteoporose, Sucht und unterschiedlichsten Einschränkungen durch Verlust des Seh- oder Hörvermögens.

Dennoch eint sie alle der eine Gedanke: Hilfe und Unterstützung für Menschen in einer gesundheitlich schwierigen Lage zu ermöglichen. Diese breite Palette an Spezialisierungen der Selbsthilfegruppe in Thüringen zeigt erneut, wie wichtig und auch nötig das Ehrenamt ist. Zudem gestaltet sich die Arbeit in den Gruppen vielfältig und bunt – es werden Vorträge von Fachärzten besucht, Gruppenausflüge und Wanderungen unternommen, Stände auf Messen aufgebaut und Seminare veranstaltet. Manche planen Theaterstücke oder haben einen gemeinsamen Kleingarten, der zum Entspannen und zum Austausch anregt. Dafür erneut ein großes Lob an ALLE Selbsthilfegruppen, die in Thüringen aktiv sind.

Ein besonderer Dank ergeht ebenso an die Thüringer Gesundheitsministerin, die Jurymitgliedern und Laudatoren, welche durch ihr großes Engagement die Übergabe des 3. Thüringer Selbsthilfepreises ermöglichten!

## EINZELPREISTRÄGERIN

## Ihr Credo: motivieren, anfeuern, mitreißen

Osteoporose bedeutet Knochenschwund und ist eine chronische Erkrankung, die den Knochen porös und brüchig macht. Viele Menschen sind betroffen und wissen es nicht. Eleonore Thaut ist Betroffene – aber keine, die sich damit einfach abgefunden hat.

Als Flüchtling nach dem 2. Weltkrieg gekommen, früh die Mutter verloren und teilweise auch Alleinerziehend war Frau Thaut es gewohnt, ihr Leben aktiv zu gestalten. Das hat sie geprägt. Und so hat sie vor mehr als 25 Jahren mit weiteren Betroffenen

in Eisenach eine Osteoporose-Selbsthilfegruppe gegründet und sich von Anfang an sehr engagiert. Viele Jahre hat sie sich darüber hinaus beim Landesselbsthilfeverband Thüringen für Osteoporose e. V. in Gotha in verschiedenen Leitungsfunktionen eingebracht.

**Laudatorin für Eleonore Thaut ist Birgit Dziuk, Landesgeschäftsführerin der BARMER-Landesvertretung Thüringen:** Eleonore Traut hat sich im In- und Ausland über die Krankheit informiert, sich weitergebildet und viel Wissen angeeignet.

Dieses Wissen gibt sie gern an Andere weiter. Dass Eleonore Thaut es nicht nur geschafft hat, ihre Osteoporose in Schach zu halten, sondern auch dreimal den Krebs bekämpft hat, zeigt, dass wir eine enorme Kämpferin heute ehren. Eine Frau, die sich nicht nur um sich selbst kümmert, sondern auch stets an andere Betroffene denkt.



ELEONORE THAUT

BÜCHER

## Digitaler Wandel im Gesundheitswesen

Digitalisierung, Gesundheit, Europa – die Zukunft wird von Veränderungen geprägt sein: Wird sich die Gesundheitswirtschaft in Europa im Wettbewerb mit den USA und China behaupten können? Wie sieht eine europäisch gedachte Patientenversorgung aus? Gelingt es, Persönlichkeitsrechte, Datenschutz und -sicherheit sowie Zugang zum medizinischen Fortschritt in Form eines europäischen Daten- und Forschungsraums in Einklang zu bringen? Expertenbeiträge informieren über neueste Entwicklungen und Rahmenbedingungen, Praxisbeispiele machen den Patienten Mut.



Dr. med. Jens Baas (Hg.)  
Digitale Gesundheit in Europa –  
menschlich, vernetzt, nachhaltig  
2020, XVI, 344 S., € 64,95  
MWV Medizinisch Wissenschaftliche  
Verlagsgesellschaft, Berlin

## Was die Forschung über Krebs weiß

Die Diagnose Krebs schockiert – obwohl heute mehr als die Hälfte der Patienten auf dauerhafte Heilung hoffen können, empfinden sie zunächst Hoffnungslosigkeit. Ein Patentrezept für ein Leben ohne Krebs gibt es nicht, aber mit Vorsorge und Früherkennungsuntersuchungen lässt sich das Risiko signifikant senken. Und je früher ein Tumor erkannt wird, desto eher kann er behandelt werden. Was die Forschung heute über Krebserkrankungen weiß, hat Dr. Andrea Flemmer in diesem Buch verständlich zusammengefasst.



Dr. Andrea Flemmer  
Der Anti-Krebs-Ratgeber  
2019, 184 S., €19,99  
Humboldt/Schlütersche  
Verlagsgesellschaft, Hannover

AUFKLÄRUNGSKAMPAGNE

# Kampagne Deutschland erkennt Sepsis



FOTO: Irma – stock.adobe.com

Das Aktionsbündnis Patientensicherheit (APS), die Sepsis-Stiftung und weitere Partner starten im ersten Quartal 2021 die Kampagne „Deutschland erkennt Sepsis“. Die Kampagne wird vom Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) maßgeblich unterstützt. Startpunkt ist eine gemeinsame online-Pressekonferenz in Berlin. Vorrangiges Ziel der Kampagne ist es, die im Volksmund als Blutvergiftung bekannte Erkrankung ins Bewusstsein der Bevölkerung zu bringen, denn allein in Deutschland sterben etwa 70.000 Menschen jährlich an Sepsis. Etwa 15.- bis 20.000 Todesfälle gelten als vermeidbar, wenn die Erkrankung rechtzeitig erkannt und behandelt wird.

Sepsis entsteht, wenn die körpereigenen Abwehrmechanismen nicht mehr in der Lage sind, eine zunächst begrenzte Infektion einzudämmen. Die häufigsten Ursachen sind Lungenentzündung und Entzündungen im Bauchraum und der Harnwege. Aber auch aus kleinen Schnittverletzungen und Insektenstichen kann eine Sepsis entstehen. Sie kann zudem nicht nur durch Bakterien, sondern auch durch Viren ausgelöst werden, etwa das Grippe- oder Coronavirus.

Zu den Warnzeichen gehören Fieber, Schüttelfrost, Verwirrtheit und erschwerte

Atmung. Durch die ähnlichen Symptome wird eine Sepsis oft mit einer Grippe verwechselt. Das führt häufig dazu, dass bis zur Diagnose wertvolle Zeit verstreicht. Sepsis ist jedoch ein Notfall, der sofort behandelt werden muss, denn mit jeder Stunde sinken die Überlebenschancen.

Für die Kampagne wird umfassendes Aufklärungsmaterial für verschiedene Informationskanäle erstellt. Dazu gehören Filme, Plakate, Broschüren, Social-Media-Portale und die Webseite [www.DeutschlandErkenntSepsis.de](http://www.DeutschlandErkenntSepsis.de). Die Finanzierung ist spendenbasiert. Weitere Spender werden gesucht.

[www.aps-ev.de](http://www.aps-ev.de), [www.vdek.com](http://www.vdek.com) ■

IMPRESSUM

Herausgeber

Landesvertretung Thüringen des vdek  
Lucas-Cranach-Platz 2, 99099 Erfurt  
[www.vdek.com](http://www.vdek.com)

Telefon 03 61 / 4 42 52-0

E-Mail [Kerstin.Keding@vdek.com](mailto:Kerstin.Keding@vdek.com)

Redaktion Kerstin Keding-Bärschneider

Verantwortlich Dr. Arnim Findeklee

Druck Kern GmbH, Bexbach

Konzept ressourcenmangel GmbH

Grafik Schön und Middelhaufe GbR

ISSN-Nummer 2193-2158