

PATIENTENKOMPETENZ



Foto: AOK Hessen

Susanne Strombach von der AOK Hessen bei der Eröffnung von „Selbsthilfe im Dialog“ 2016.

Patienten fit machen

Mit ihrer regionalen Veranstaltungsreihe „Selbsthilfe im Dialog“ rückt die AOK Patientenkompetenz in den Fokus.

Bereits seit 15 Jahren lädt die AOK Hessen zum regionalen Forum „Selbsthilfe im Dialog“ ein. Schwerpunktthema in diesem Jahr: Patientenkompetenz. Ab Ende Juni können sich Patienten und alle Akteure aus der Selbsthilfe an insgesamt [zehn Standorten in Hessen](#) über aktuelle Entwicklungen hierzu informieren.

Selbsthilfeakteure erhalten dafür ab Mitte Mai eine Einladung mit Anmeldebogen. Bitte nutzen Sie für Ihre Anmeldungen ausschließlich dieses Formular, welches dann auch auf der Website der

Gesundheitskasse zum Download bereitsteht.

[Das Selbsthilfe-Magazin „Forum spezial“ zum Thema Patientensicherheit](#) bietet Interessierten eine Zusammenfassung der Vorjahresveranstaltungen. Sie finden das Sonderheft als PDF-Datei auf der AOK-Webseite oder können es als Printmedium im [Selbsthilfebüro](#) bestellen. ●



AOK-NEWS

Pauschalförderanträge 2017



Die Anträge für eine Pauschalförderung im Jahr 2017 wurden bereits Mitte Dezember versandt. Alle Anträge müssen bis zum 31. März 2017 in Schriftform bei der

GKV-Selbsthilfeförderung Hessen eingegangen sein. Ein Antrag per Fax oder E-Mail ist nicht möglich. Auf der Website der [GKV-Selbsthilfeförderung Hessen](#) finden Sie die nötigen [Formulare für einen Pauschalförderantrag](#). ●

EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

aus dem „Newsletter Forum plus“ wird „inKONTAKT – Der Selbsthilfe-Newsletter der AOK“. Ab heute erscheint unser Newsletter in neuem Layout und mit neuem Rhythmus – künftig erhalten Sie ihn alle drei Monate. Unter www.aok-inkontakt.de sind dann nicht nur die Neuigkeiten aus der hessischen Selbsthilfe zu finden – hier gibt es auch weitere Newsletter aus anderen Regionen sowie eine bundesweite Ausgabe.

Die Veranstaltungshinweise der hessischen Selbsthilfegruppen finden Sie ab Seite 2 – wie gewohnt sortiert nach Veranstaltungsdatum und Ort. Wie immer können Sie hier viele interessante Termine entdecken, zum Beispiel die Veranstaltung der Selbsthilfekontaktstelle Frankfurt zum Thema „HIV: Selbsthilfe und Psyche“. Nehmen Sie doch mal die Gelegenheit wahr, auch die Veranstaltungen anderer Selbsthilfegruppen zu besuchen. Diese werden sich über eine rege Beteiligung sicher freuen.

Viel Spaß beim Lesen wünschen Ihnen Susanne Strombach (li.) und Bettina Nöll vom Selbsthilfe- und Patientenbüro der AOK Hessen



Foto: Jost-Fotografie

DIE BESONDERE ZAHL

84,2 Milliarden Euro

betragen 2015 die Kosten für die stationäre Versorgung in Deutschland. Das waren rund drei Milliarden Euro mehr als 2014. Damit lagen die Kosten pro Fall bei durchschnittlich **4.378** Euro. 2014 waren es noch **4.239** Euro. In Brandenburg lagen die Durchschnittskosten mit **3.953** Euro am niedrigsten – in Hamburg mit **5.013** Euro am höchsten.

Quelle: destatis

KURZ UND BÜNDIG

+++ Organspende +++ 857 Menschen haben im Jahr 2016 nach ihrem Tod Organe für schwer kranke Patienten gespendet. Damit liegt die Zahl der Organspender in etwa auf dem Niveau von 2014 (864 Spender). Allerdings warten nach wie vor **10.000** Menschen in Deutschland dringend auf ein Spenderorgan. Dies meldet die Deutsche Stiftung Organtransplantation (DSO). **+++ AOK Hessen +++** Die Beratungszentren der hessischen Gesundheitskasse in Kassel und Frankfurt wurden zu „Service-Königinnen“ gewählt. Die Fachzeitschrift FOCUS MONEY hatte bundesweit ausgewählte Kundinnen und Kunden in den 40 größten Städten befragt, wo sie einen besonders guten Service erlebt hatten. **+++ Krankheitsbilder +++** Die Zahl der Krebs-Neuerkrankungen hat sich in Deutschland seit 1970 fast verdoppelt. Etwa **482.500** Menschen erkrankten im Jahr 2013 an bösartigen Tumoren, wie aus dem erstmals vorgestellten „Bericht zum Krebsgeschehen in Deutschland“ des Robert-Koch-Instituts hervorgeht. **+++**

MÄRZ

15. März 2017, Korthauer Haus, Usingen

Vortrag: Diabetes mellitus und Herz- und Gefäßkrankheiten

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Usinger Land

[Mehr Informationen](#)

16. März 2017, Evangelische Versöhnungsgemeinde, Oberursel-Stierstadt

Vortrag: Wie sich die Diabetestherapie in den letzten 100 Jahren verbessert hat

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Oberursel

[Mehr Informationen](#)

17. März 2017, Parkhotel Bad Homburg

Vortrag: Medikamentöse Therapie der Hypertonie

Veranstalter: Deutsche Hochdruckliga, Selbsthilfegruppe Bad Homburg

[Mehr Informationen](#)

18. März 2017, DMSG-Beratungsstelle, Darmstadt

Vortrag: Mit dem erfahrbaren Atem entspannt ins Wochenende

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Landesverband Hessen, Darmstadt

[Mehr Informationen](#)

MÄRZ

22. März 2017, Hartmut-Saal, Kronberg/Taunus

Vortrag: Patient im Alter – Ernährung des älteren Patienten; Neues aus der Diabetologie

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Kronberg/Königstein

[Mehr Informationen](#)

22. März 2017, Haus der Begegnung, Bad Vilbel

Vortrag: Osteoporose

Veranstalter: Selbsthilfekontaktstelle Bürgeraktive Bad Vilbel

[Mehr Informationen](#)

23. März 2017, Kreishaus Friedberg

Vortrag: Resilienz – psychische Widerstandsfähigkeit

Veranstalter: Selbsthilfekontaktstelle des Wetteraukreises

[Mehr Informationen](#)

23. März 2017, SEKOS Gelnhausen

Vortrag: Tinnitus

Veranstalter: Selbsthilfekontaktstelle – SEKOS Gelnhausen

[Mehr Informationen](#)

25. März 2017, DMSG-Beratungsstelle, Darmstadt

Tagesveranstaltung: Multiple Sklerose und Ernährung

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG), Landesverband Hessen

[Mehr Informationen](#)

MÄRZ

28. März 2017, Dorfgemeinschaftshaus, Gelnhausen-Höchst

Vortrag: Behindertenausweis und Behinderungsgrad

Veranstalter: Parkinson Selbsthilfegruppe Gelnhausen

[Mehr Informationen](#)

28. März 2017, SEKOS Gelnhausen

Vortrag: Spielsucht

Veranstalter: Selbsthilfekontaktstelle (SEKOS)

Gelnhausen

[Mehr Informationen](#)

29. März 2017, Gemeindesaal St. Josef, Darmstadt

Vortrag: Wie sollen Medikamente richtig eingenommen werden und wie nicht?

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Darmstadt und Umgebung

[Mehr Informationen](#)

29. März 2017, Gesundheitsamt Frankfurt

Veranstaltung: HIV: Selbsthilfe und Psyche

Veranstalter: Selbsthilfe e. V., Gesundheitsamt Frankfurt, AIDS-Hilfe Frankfurt e. V.

[Mehr Informationen](#)

APRIL

1. April 2017, Tagungsraum Stadthalle Gernsheim

Vortrag: Schwerhörigkeit und Gleichgewichtsstörungen

Veranstalter: Verein Gutes Hören Ried, Gernsheim

[Mehr Informationen](#)

3. April 2017, Treffpunkt aktiv, Wiesbaden

Vortrag: Das Sporthertz

Veranstalter: Herzpatienten Wiesbaden

[Mehr Informationen](#)

4. April 2017, Klinik Rotes Kreuz, Frankfurt am Main

Vortrag: Herzschrittmacher oder Defibrillator

Veranstalter: Deutsche Herzstiftung e. V., Frankfurt

[Mehr Informationen](#)

APRIL

5. April 2017, Vereinshaus Gonzenheim, Bad Homburg-Gonzenheim

Vortrag: Kopfschmerzen

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Bad Homburg-Friedrichsdorf

[Mehr Informationen](#)

6. April 2017, St. Marien-Krankenhaus, Lampertheim

Vortrag: Die schlaflose Gesellschaft

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Schlafapnoe/Atemstillstand, Lampertheim

[Mehr Informationen](#)

7. April 2017, Parkhotel Bad Homburg

Vortrag: Führt chronischer Stress zur Hypertonie?

Veranstalter: Deutsche Hochdruckliga, Selbsthilfegruppe Bad Homburg

[Mehr Informationen](#)

10. April 2017, Senioren-Dienstleistungs-Zentrum Gersprenz, Reinheim

Vortrag: Diabetes und Reisen

Veranstalter: Diabetiker-Selbsthilfegruppe Reinheim

[Mehr Informationen](#)

12. April 2017, König-Konrad-Halle, Villmar

Vortrag: Wer rastet, der rostet

Veranstalter: Parkinson Regionalgruppe Limburg-Weilburg

[Mehr Informationen](#)

12. April 2017, König-Konrad-Halle, Villmar

Vortrag: Gut leben mit Morbus Parkinson;

Veranstalter: Parkinson Regionalgruppe Limburg-Weilburg

[Mehr Informationen](#)

12. April 2017, Parkstift Aeskulap, Bad Nauheim

Vortrag: Häusliche Pflege, Pflegegrade, Betreuung in Pflegeheimen und die Kosten

Veranstalter: DPV Regionalgruppe Bad Nauheim

[Mehr Informationen](#)

APRIL

19. April 2017, Kortheuer Haus, Usingen

Vortrag: Diabetes und seine Folgen

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Usinger Land

[Mehr Informationen](#)

20. April 2017, Kulturscheune, Viernheim

Vortrag: Ist Telemonitoring der neue Königsweg?

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Schlafapnoe/Atemstillstand, Viernheim

[Mehr Informationen](#)

20. April 2017, Evangelische Versöhnungsgemeinde, Oberursel-Stierstadt

Vortrag: Aktuelle Strategien zur Vorbeugung und Behandlung diabetischer Folgeschäden

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Oberursel

[Mehr Informationen](#)

21. April 2017, Rotes Kreuz Krankenhaus, Kassel

Vortrag: Einsatz von Medikamenten in der Diabetestherapie

Veranstalter: Diabetes Selbsthilfe Nordhessen e. V.

[Mehr Informationen](#)

25. April 2017, Dorfgemeinschaftshaus, Gelnhausen-Höchst

Vortrag: Parkinson – Patienten und Angehörige

Veranstalter: Parkinson Selbsthilfegruppe Gelnhausen

[Mehr Informationen](#)

26. April 2017, Haus der Begegnung, Bad Vilbel

Vortrag: Psychiatrische Tagesambulanz in Bad Vilbel

Veranstalter: Selbsthilfekontaktstelle Bürgeraktive Bad Vilbel e. V.

[Mehr Informationen](#)

26. April 2017, Hartmut-Saal, Kronberg/Taunus

Vortrag: Diabetes mellitus und Herz- und Gefäßerkrankungen

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Kronberg/Königstein

[Mehr Informationen](#)

APRIL

26. April 2017, Gemeindesaal St. Josef, Darmstadt

Vortrag: Neue Studien! Neue Erkenntnisse!

Stellungnahme zu neuen Wegen in der Therapie

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Darmstadt und Umgebung

[Mehr Informationen](#)

MAI

2. Mai 2017, Fachklinik Fürstenhof, Bad Wildungen

Vortrag: Ernährung und Schlafapnoe

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Schlafapnoe/Atemstillstand, Bad Wildungen

[Mehr Informationen](#)

3. Mai 2017, Vereinshaus Gonzenheim, Bad Homburg-Gonzenheim

Vortrag: Risikofaktor für Herz- und Gefäßerkrankungen;

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Bad Homburg-Friedrichsdorf

[Mehr Informationen](#)

6. Mai 2017, DMSG-Beratungsstelle, Darmstadt

Vortrag: Klassische Homöopathie

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Landesverband Hessen, Darmstadt

[Mehr Informationen](#)

8. Mai 2017, Treffpunkt aktiv, Wiesbaden

Vortrag: Einfluss der Ernährung auf die Gesundheit

Veranstalter: Herzpatienten Wiesbaden

[Mehr Informationen](#)

13. Mai 2017, DRK Heim in Kleestadt, Groß-Umstadt

Vortrag: Neue Pflegegrade

Veranstalter: dPV-Parkinson-Selbsthilfegruppe Groß-Umstadt und Umland

[Mehr Informationen](#)

13. Mai 2017, Werner-Borchers-Halle, Erbach

Selbsthilfetag im Rahmen der Messe für Selbsthilfe, Senioren und Menschen mit Handicap

Veranstalter: Selbsthilfebüro Odenwald

[Mehr Informationen](#)

MAI

17. Mai 2017, Korthauer Haus, Usingen

Vortrag: Patient im Alter – Ernährung des älteren Patienten. Neues aus der Diabetologie

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Usinger Land

[Mehr Informationen](#)

17. Mai 2017, Nachbarschaftshaus Biebrich e. V., Wiesbaden

Vortrag: Lange mobil bleiben

Veranstalter: Restless Legs Syndrom, Selbsthilfegruppe Wiesbaden

[Mehr Informationen](#)

18. Mai 2017, Evangelische Versöhnungsgemeinde, Oberursel-Stierstadt

Vortrag: Herzkatheter-Untersuchung

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Oberursel

[Mehr Informationen](#)

19. Mai 2017, Parkhotel Bad Homburg

Vortrag: Bedeutung der Blutdruckselbstmessung

Veranstalter: Deutsche Hochdruckliga, Selbsthilfegruppe Bad Homburg

[Mehr Informationen](#)

19. bis 21. Mai 2017, Sauerland Stern Hotel, Willingen

Veranstaltung: Williams-Beuren-Bundesverbandstag 2017

Veranstalter: Bundesverband Williams-Beuren-Syndrom, Oberursel

[Mehr Informationen](#)

20. Mai 2017, DMSG-Beratungsstelle Darmstadt

Tagesveranstaltung: Multiple Sklerose und Ernährung

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG), Landesverband Hessen, Darmstadt

[Mehr Informationen](#)

20. Mai 2017, Berufsförderungswerk, Karben

Tagesveranstaltung: Rollstuhlmobilitätstraining

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG), Landesverband Hessen

[Mehr Informationen](#)

MAI

20. Mai 2017, Neurowerkstatt Pfungstadt

Tagesveranstaltung: Multiple Sklerose und Sport

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG), Landesverband Hessen

[Mehr Informationen](#)

24. Mai 2017, Hartmut-Saal, Kronberg/Taunus

Vortrag: Begleiterkrankungen bei Diabetes

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Kronberg/Königstein

[Mehr Informationen](#)

24. Mai 2017, Haus der Begegnung, Bad Vilbel

Vortrag: Besonderheiten der Kinderchirurgie und Unfallvermeidung

Veranstalter: Selbsthilfekontaktstelle Bürgeraktive Bad Vilbel e. V.

[Mehr Informationen](#)

27. Mai 2017, DMSG-Beratungsstelle, Fulda

Tagesveranstaltung: Patientenforum Fulda

Veranstalter: Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG), Landesverband Hessen

[Mehr Informationen](#)

JUNI

1. Juni 2017, St. Marien-Krankenhaus, Lampertheim

Vortrag: Dream family – neue Geräte und Masken

Veranstalter: Selbsthilfegruppe Schlafapnoe/Atemstillstand, Lampertheim

[Mehr Informationen](#)

6. Juni 2017, Klinik Rotes Kreuz, Frankfurt am Main

Vortrag: Die Niere ist ein lebenswichtiges Organ

Veranstalter: Deutsche Herzstiftung e. V., Frankfurt

[Mehr Informationen](#)

7. Juni 2017, Vereinshaus Gonzenheim, Bad Homburg-Gonzenheim

Vortrag: Herzinfarkt, Schlaganfall, Schaufensterkrankheit

Veranstalter: Diabetiker helfen Diabetikern, Selbsthilfegruppe Bad Homburg-Friedrichsdorf

[Mehr Informationen](#)

JUNI

9. Juni 2017, Rotes Kreuz Krankenhaus, Kassel

Vortrag: Runter vom Sofa – aber wie?

Veranstalter: Diabetes Selbsthilfe Nordhessen e. V.

[Mehr Informationen](#)

10. Juni 2017, DRK Heim in Kleestadt, Groß-Umstadt

Vortrag: Wandern mit Parkinson

Veranstalter: dPV-Parkinson-Selbsthilfegruppe
Groß-Umstadt und Umland

[Mehr Informationen](#)

**12. Juni 2017, Senioren-Dienstleistungs-Zentrum
Gersprenz, Reinheim**

Vortrag: Diabetes und Ernährung

Veranstalter: Diabetiker Selbsthilfegruppe Reinheim

[Mehr Informationen](#)

**20. Juni 2017, Uniklinik Gießen und Marburg,
Gießen**

Vortrag: Lungenerkrankungen, die letztlich zur TX
führen. Ursache, Verlauf, Therapie

Veranstalter: Bundesverband der Organtransplantierten,
Bockenem

[Mehr Informationen](#)

SELBSTHILFEDATENBANK

Die richtige Gruppe finden



Mit der [Selbsthilfedatenbank](#) der AOK finden Sie schnell die passende Selbsthilfegruppe, -organisation oder -kontaktstelle. Bei der Suche lassen sich verschiedene Kategorien kombinieren. Um Ergebnisse einzugrenzen, können Sie zum Beispiel ein

bestimmtes Krankheitsbild auswählen und dazu eine Selbsthilfegruppe oder -organisation innerhalb eines Umkreises um einen Postleitzahlen-Bezirk suchen.

Sollten Sie keine passende Einrichtung finden und/oder sich für die Gründung einer Gruppe interessieren, wenden Sie sich an eine [Selbsthilfekontaktstelle in Ihrer Region](#).



**Zur Selbsthilfedatenbank
der AOK Hessen**

IHRE VERANSTALTUNG

Unser Service für Sie

Sie möchten ebenfalls Ihre Veranstaltungen hessenweit hier veröffentlichen?

Kein Problem. Senden Sie einfach Ihre Einladung an:



selbsthilfe@he.aok.de

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 13. April 2017.

FEEDBACK

Lob und Kritik?

Wir freuen uns über Feedback an:

selbsthilfe@he.aok.de

ABONNIEREN

Sie können den **Selbsthilfe-Newsletter inKONTAKT** **kostenlos abonnieren**. Einfach unter www.aok-inkontakt.de registrieren – und Sie erhalten ab sofort vier Ausgaben im Jahr per Mail.