

Pressemitteilung

Selbsthilfe in Sachsen-Anhalt stärken

AOK bietet mit „Selbsthilfeakademie“ neue Weiterbildungsangebote für Selbsthilfegruppen

Magdeburg, 23. März 2023

Selbsthilfegruppen sind enorm wichtig für Betroffene, haben unter der Pandemie aber stark gelitten. Mit der „Selbsthilfeakademie“ unter der Schirmherrschaft von Sozialministerin Petra Grimm-Benne möchte die AOK Sachsen-Anhalt Vertreterinnen und Vertreter von Selbsthilfegruppen weiterbilden und auch krisenfester machen. Die neuen Kurse sind jetzt online.

Die Selbsthilfe wird durch das Engagement ihrer Mitglieder getragen, aber auch von politischen und fördernden Einrichtungen. Mit einem neuen Angebot möchte die AOK Sachsen-Anhalt Selbsthilfegruppen unterstützen, Ihre Arbeit professioneller zu gestalten.

In der „Selbsthilfeakademie“ finden in Selbsthilfegruppen engagierte Menschen ab sofort unbürokratisch zahlreiche kostenlose Weiterbildungsangebote, die Impulse für eine nachhaltige und effektive Gruppenarbeit in Sachsen-Anhalt setzen sollen. Die Angebote werden fortlaufend aktualisiert und erweitert.

Petra Grimm-Benne, Ministerin für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, befürwortet die Angebote in der Selbsthilfe und hat für die AOK-Selbsthilfeakademie die Schirmherrschaft übernommen. „Ich sehe die Selbsthilfe als unverzichtbaren Eckpfeiler in unserem Gesundheitssystem. Kranke Menschen fühlen sich wohler, wenn sie in einer Selbsthilfegruppe aktiv sind“, so die Ministerin. „Gerade in der Selbsthilfe zeigt sich, welche Initiativen

und welch persönliches Engagement eine Gruppe von betroffenen Menschen aufbringen kann, um Krankheit, Krankheitsfolgen oder Lebenskrisen gemeinsam zu bewältigen.“

Die Akademie bietet dafür sowohl online als auch in Präsenz Seminare zu verschiedenen Themen wie Fotografie, Gesundes Kochen und Backen oder Lach-Yoga. Aber auch aus der Pandemie sollen Lehren gezogen werden: Interessierte finden deshalb einen Kurs, wie Gruppentreffen auch digital per Videokonferenz zum Erfolg werden können.

Die Akademie steht jedem Gruppensprecher aber auch jedem Mitglied aus der Selbsthilfe Sachsen-Anhalts offen. Bei Onlineseminaren ist wichtig, dass der Teilnehmer über ein digitales Endgerät (PC, Laptop, Tablet, Smartphone) mit WLAN-Anschluss verfügt.

Weitere Informationen und Anmeldungen unter www.deine-gesundheitswelt.de/selbsthilfe/akademie. Die Angebote werden fortlaufend aktualisiert und erweitert.

Zur AOK Sachsen-Anhalt:

Die AOK Sachsen-Anhalt betreut über 830.000 Versicherte und 50.000 Arbeitgeber in 44 regionalen Kundencentern. Mit einem Marktanteil von 40 Prozent und einem Beitragssatz von 15,6 Prozent ist sie die größte und die günstigste regionale Krankenkasse in Sachsen-Anhalt.

Bilderservice:

Für Ihre Berichterstattung in Verbindung mit dieser Pressemitteilung können Sie das beigefügte Foto bei Angabe des Bildnachweises kostenfrei verwenden.



QR-Code zur AOK-Selbsthilfeakademie.



Sich mit Betroffenen und Angehörigen auf Augenhöhe auszutauschen, kann Mut machen, Hoffnung geben und helfen, mit der jeweiligen Lebenssituation besser umgehen zu lernen. Foto: AOK