



## **Selbsthilfeförderung der DAK-Gesundheit**

Sabine Wollstädter, LAG Selbsthilfe Rheinland-Pfalz, im Gespräch mit Rainer Lange, Landesvertreter der DAK-Gesundheit in Rheinland-Pfalz.

### **Sabine Wollstädter**

Herzlich Willkommen beim Podcast Selbsthilfe im Trend der LAG Selbsthilfe Rheinland-Pfalz, gefördert durch die DAK-Gesundheit. Ich bin Sabine Wollstädter und ich gehe hier ins Gespräch mit Menschen, die spannende Ideen und Perspektiven für die gesundheitsbezogene Selbsthilfe haben. Wir sprechen darüber, wie sich die Selbsthilfe Vereine und Verbände fit machen können, um sich den komplexen Zukunftsthemen und Herausforderungen zu stellen.

Heute sind wir zu Gast bei einer Rainer Lange. Herr Lange, Sie sind Leiter der DAK Landesvertretung hier in Rheinland Pfalz und wir wollen uns heute über das Thema Angebote und Unterstützungsmöglichkeiten für die gesundheitsbezogenen Selbsthilfe unterhalten. Bevor wir jetzt gleich loslegen, möchte ich Sie bitten, sich für unsere Zuhörerinnen einmal vorzustellen und gerne auch die DAK-Gesundheit.

### **Rainer Lange**

Ja, erst einmal herzlich Willkommen. Mein Name ist Rainer Lange. Ich bin jetzt seit etwas mehr als 39 Jahren bei der DAK-Gesundheit beschäftigt, in der jetzigen Funktion als Leiter der Landesvertretung Rheinland-Pfalz in Mainz. Und von daher freue ich mich, dass wir über das Thema Selbsthilfe sprechen können, was uns ein sehr wichtiges Anliegen ist. Selbsthilfe wird oftmals vernachlässigt und es gibt ja auch Versorger im Krankbereich, die gar nichts mit Selbsthilfe zu tun haben. Wir gucken immer ein bisschen oft auf die privaten Krankenversicherungen, da gar nichts beisteuern müssen wie wir gesetzlichen Versicherungen, und das ist ein bisschen schade. Von daher können wir uns eigentlich noch größere Unterstützung für die Selbsthilfe in diesem Bereich wünschen.

### **Sabine Wollstädter**

Schön, dass Sie da sind. Ich freue mich ganz besonders, dass wir heute über das Eingangs gesagte Thema sprechen.

### **Rainer Lange**

Ja, ich freue mich auch, dass Sie hier sind und dass wir über dieses wichtige Thema sprechen können.

## **Sabine Wollstädter**

Und da habe ich einige Fragen für Sie mitgebracht. Herr Lange, unsere Hörer und Hörerinnen Wissen um die Leistungen der Krankenkasse mit Blick auf Vorsorgeuntersuchungen oder auch im Krankheitsfall. Was machen Krankenkassen noch?

## **Rainer Lange**

Es gibt eine ganze Reihe von Dingen, die Krankenkassen, gesetzliche Krankenkassen machen, die in der Allgemeinheit gar nicht so wahrgenommen werden. Wir kümmern uns um bestimmte Verträge in Regionen, um die Versorgung zu verbessern. Wir beteiligen uns an Innovationsprojekten, die vom Bund gefördert werden, um neue Versorgungsmöglichkeiten auch auszutesten. Das sind Universitäten dabei, die wir auch mit begleiten, um Versorgung, die medizinische Versorgung, die Betreuung in den nächsten Jahren zu verbessern.

Daneben sind Krankenkassen, natürlich auch Pflegekassen, kümmern sich um den Bereich der Pflege. Und diese beiden Bereiche wachsen aber auch durch verschiedene Dinge immer weiter zusammen. Stichwort ist aktuell eine neue Übergangszone zwischen Krankenhaus und Pflegeheim. Das sind aber alles Dinge, die von Profis erbracht werden müssen professionelle Pflege und medizinische Versorgung. Daneben ist es eben ganz wichtig, dass wir sehen, es gibt Bereiche, da können Versicherte, eben die Patienten oder auch die Angehörigen sehr viel selbst tun.

## **Sabine Wollstädter**

Der private Bereich der Pflege, den Sie wahrscheinlich ansprechen.

## **Rainer Lange**

Der private Bereich der Pflege, aber eben auch das große Feld der Selbsthilfe.

## **Sabine Wollstädter**

Die Pflege hat mich jetzt gerade angesprochen, weil sie mich ja selbst auch betrifft. Deswegen kann ich mir den Bereich sehr gut vorstellen. Jetzt haben Sie zu Beginn gesagt, dass die Krankenkasse auch zum Thema Innovation oder anderer wichtiger Aspekte mitspielt. Haben Sie da ein Beispiel?

## **Rainer Lange**

Also ein Innovationsprojekt, wo wir uns jetzt beteiligen wollen, wo wir Konsozialpartner sind, also neben der Universität Mainz einer der Hauptpartner. Da dreht es sich um ein Projekt für die Verbesserung der Versorgung von Parkinson. Patienten. Parkinson Patienten haben oft eine sehr lange Leidensgeschichte, die über zehn Jahre geht, wo es immer wieder Hochs und Tiefs gibt. Und die engmaschige Betreuung durch speziell ausgebildete Pflegekräfte, die ist da beinhaltet, telemedizinische Aspekte spielen eine Rolle, sowie ein Ärzte Netzwerk, was die Versorgung verbessern kann, damit wir hier die Patienten nicht in so ein Loch fallen lassen, wo die Betreuung zwischendurch aussetzt.

### **Sabine Wollstädter**

Welche Rolle hat die Krankenkasse, wir haben ja gerade schon kurz über gesundheitsbezogenen Selbsthilfe gesprochen, für die gesundheitsbezogene Selbsthilfe?

### **Rainer Lange**

Also zunächst einmal ist bei der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe natürlich der Betroffene und die Angehörigen. Das sind die wichtigsten Faktoren. Das sind die Menschen, die das betreiben, die dahinterstehen. Aber die brauchen natürlich finanzielle Unterstützung und ideelle Unterstützung. Und da können die Krankenkassen und sollen die Krankenkassen auch nach Willen des Gesetzgebers das tun. Und das tun wir auch besonders gerne, weil wir sehen, dass es zwischen diesen professionellen Teil der Versorgung, der medizinischen Versorgung, der Pflege, das ist da und dem Patienten selbst immer noch eine Lücke gibt oder oftmals eine Lücke gibt. Und die Betroffenen wissen oft selbst am besten, wo man noch was machen kann, was vielleicht kein Arzt, keine Krankenschwester, kein Physiotherapeut machen kann, wo man zusammensteht und sich selbst auch noch neue Möglichkeiten der Hilfe organisiert. Das unterstützen wir in der Selbsthilfe und das in mannigfaltiger Form.

### **Sabine Wollstädter**

Sie haben es jetzt in Ihrer Antwort auch mit drin gehabt. Welche Rolle hat Selbsthilfe im Gesundheitssystem?

### **Rainer Lange**

Die Selbsthilfe ist um es zusammenzufassen, eine wichtige Ergänzung der medizinischen und pflegerischen Versorgung, eine Ergänzung, die es im professionellen Bereich nicht gibt, wo auch sehr stark einfach Menschliches eine Rolle spielt. Und das hat da nichts mit studierten Medizinern, mit Apparaten oder sonst was zu tun. Das ist durch nichts zu ersetzen.

### **Sabine Wollstädter**

Sehr viel Erfahrungswissen, auch in bestimmten Situationen zu wissen, was hilft jetzt vielleicht.

### **Rainer Lange**

Erfahrungswissen, Austausch unter Betroffenen oder Angehörigen, der Austausch Wo kriege ich was, an wen kann ich mich wenden? Wir sprechen hier auch von diesem Dschungel im Gesundheitswesen und der ist oftmals vorhanden. Wir sprechen oft von Bürokratieabbau, der ja wirklich notwendig wäre und Selbsthilfegruppen und Vereine und Organisationen leisten da einen großen Beitrag, den Betroffenen und Angehörigen den Weg durch diesen Dschungel näher zu bringen.

### **Sabine Wollstädter**

Welche Unterstützung bietet die DAK-Gesundheit, vielleicht auch gerade hier konkret in dem Bereich oder in der Unterstützung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe?

## **Rainer Lange**

Die der Gesundheit hat eine dreigliedrige Förderung und Unterstützung. Also zum einen fördern wir Organisationen auf Bundesebene, dann haben wir auf Landesebene eine Förderung und wir haben auch noch auf regionaler Ebene, also Mainz oder in Landkreisen Koblenz. In Städten und Landkreisen haben wir auch noch eine Projektförderung, wo konkrete Projekte der Selbsthilfegruppen gefördert werden.

## **Sabine Wollstädter**

Jetzt haben wir schon über die Bedeutung auch der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe für das Gesundheitssystem gesprochen und da kommt man vielleicht schon auch auf die Frage: Wenn jetzt die Krankenkasse die Selbsthilfe fördert, kann die Krankenkasse an anderer Stelle Gelder sparen?

## **Rainer Lange**

Es ist anzunehmen, dass gesetzliche Kassen dadurch an anderen Stellen Geld einsparen können. Dass durch Behandlungen, die nicht nötig werden, dass auch durch Beratungsprozesse, die vielleicht überflüssig werden, da was eingespart werden kann. Es gibt nur leider keinerlei wissenschaftliche Erhebungen oder fundierte Daten, an denen man das festmachen kann. Das ist so gesehen etwas betrüblich. Es würde die Bedeutung der Selbsthilfe dann noch mehr stärken. Aber da haben wir leider keine fundierten Erkenntnisse.

## **Sabine Wollstädter**

Haben Sie bezogen auf die Förderung bestimmte inhaltliche Schwerpunkte, die Sie gerne unterstützen?

## **Rainer Lange**

Wir prüfen jeden Antrag auf Selbsthilfe, Förderung individuell und schauen zum einen entspricht er den Richtlinien, die es nun mal gibt und zum anderen ist das sinnvoll. Wir würden jetzt kein Töpfer-Kurs in der Toskana bezuschussen. Ich übertreibe jetzt ein wenig, aber um es klar zu machen, ist das glaube ich ein gutes Beispiel. Wir müssen schon schauen, dass es den Richtlinien entspricht, dass ist der Selbsthilfe was bringt und dass das Geld dann gut investiert ist.

Und dann unterscheiden wir zwischen Pauschalförderungen von Verbänden und Organisationen und eben Projektförderung. Das ist zum Beispiel ganz aktuell in diesem Jahr eine Teilnahme am Rheinland-Pfalz Tag mit einem Projekt einer Selbsthilfegruppe. Es kann aber auch etwas anderes sein, was aus dem normalen täglichen wöchentlichen Ablauf der Selbsthilfegruppe herausfällt, wo man sagt Das wollen wir gezielt machen, diese Aktion und weniger die normale Betreuung, die normale Schulung der Beteiligten.

## **Sabine Wollstädter**

Jetzt haben wir gerade schon über Pauschalförderung und Projektförderung gesprochen. Unsere Hörer\*innen sind eventuell auch neu in dem Thema Krankenkassen Förderung. Wo ist hier der Unterschied? Wann kann ich was beantragen?

## **Rainer Lange**

Also eine Pauschalförderung, da fließen ungefähr 70 % der Fördermittel rein, um da eine Größenordnung zu haben, die haben wir, wenn Organisationen bundesweit zum Beispiel tätig sind und dann eine pauschale Förderung ihrer Arbeit bekommen. Da muss man nicht sagen, wir möchten diese Aktion machen, sondern das wird einfach pauschal die Aufwände, die natürlich aufgelistet werden müssen. Diese Unterstützung wird dann beantragt und gefördert.

Mit den 30 % der Gesamtsumme, das sind rund 2 Millionen im nächsten Jahr zwei 0,04 Millionen in Deutschland, machen wir eine Förderung individuell für Projektanträge. Also wenn eine besondere Aktion einer Selbsthilfegruppe stattfinden soll, dann muss die natürlich erklärt, erläutert werden im Antrag und dann kann dafür ein Zuschuss fließen.

## **Sabine Wollstädter**

Wie sieht der Antrags Prozess aus?

## **Rainer Lange**

Der Antragsprozess: Da gibt es Anträge, Form-Blätter, die wir zur Verfügung stellen. Und wenn es eine Pauschalförderung auf Bundes- oder Landesebene ist, dann wäre das eben an uns zu richten. Wir würden den Antrag an unsere Zentrale in Hamburg weiterleiten. Eine Landesförderung würden Kollegen bearbeiten. Die regionale Förderung von Projekten. Da kann der Antrag auch in Service Zentrum abgerufen werden. Da ist dann egal, ob es Mainz oder Koblenz ist, je nachdem wo die Gruppe sitzt. Das nächste Ziel, das Service Zentrum ist auch im Internet zu finden bei uns auf der Seite der DAK. Dann kann man da den Antrag abrufen, das Formular ausfüllen und dort einreichen.

## **Sabine Wollstädter**

Haben Sie bei der DAK-Gesundheit Unterstützungsangebote für den Antragsprozess?

## **Rainer Lange**

Wenn da Fragen bestehen, kann sowohl im Service Zentrum als auch durch die Spezialisten für die Landes- oder Bundesförderung, kann natürlich Hilfe erfragt werden. Und dann stehen wir da mit Rat und Tat zur Seite.

## **Sabine Wollstädter**

Was gibt es Fristen, die wir hier einhalten müssen?

## **Rainer Lange**

Wir müssten sehen, die Fristen auf Jahres Ebene zu sehen. Wenn Geld noch übrig ist, kann auch noch mal ein Antrag nachgeschoben werden. Aber wichtig ist wirklich eine frühzeitige Beantragung der Förderung.

### **Sabine Wollstädter**

Vielleicht haben Sie noch eine Antwort dazu oder eine Idee dazu, wie die DAK sich auch in Bezug auf die Unterstützung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe von anderen gesetzlichen Krankenkassen unterscheidet. Gibt es da Unterscheidungen überhaupt?

### **Rainer Lange**

Für uns als DAK-Gesundheit ist die Selbsthilfe jetzt kein Wettbewerbsfeld, wo wir uns von anderen absetzen wollen oder müssen. Aber es gibt sehr wohl Unterschiede, weil sich aus der regionalen Förderung einige Kassen jetzt zurückgezogen haben. Das ist für uns keine Option. Es ist für uns kein Weg, weil wir auch gerade in den Selbsthilfegruppen vor Ort eben die wichtigen Bausteine sehen. Auch wenn die Pauschalförderung der Landes- oder Bundesverbände natürlich auch Finanzen für die örtlichen Gruppen freisetzen. Aber wir wollen eben mit dieser Projektförderung der örtlichen Gruppen nach wie vor einen Akzent setzen.

### **Sabine Wollstädter**

Ich habe eine Frage, die ich allen Gästen stelle: Was ist Ihre Vision und Ihre Perspektive für die gesundheitsbezogenen Selbsthilfe?

### **Rainer Lange**

Zum einen würde ich mir für die weitere Entwicklung wünschen, dass die Gelder weiterhin vorhanden sind, bei allen Knappheiten, die wir im Gesundheitswesen haben. Zum anderen würde ich mir wünschen, dass eben auch die Privaten Krankenversicherungen beteiligt werden, weil ich das als gesamtgesellschaftliche Aufgabe ansehe. Wenn es eine Selbsthilfe im Krankenversicherung Bereich gibt, dann sollte es eben nicht nur die gesetzliche betreffen. Da sollten die Privaten auch ihr Scherflein dazu beitragen, dass wir diese wichtige Säule der Versorgung hier auch sichern können.

### **Sabine Wollstädter**

Vielen Dank, Herr Lange, dass Sie heute dabei waren.

### **Rainer Lange**

Gerne. Ich bedanke mich, dass ich die Möglichkeit hatte, über dieses wichtige Thema mit Ihnen zu sprechen.

### **Sabine Wollstädter**

So, und das war unsere fünfte Folge. Mit diesem wunderbaren Gespräch gehen wir in die Weihnachtspause. Im Januar hören wir uns hier mit der nächsten Folge. Bis dahin könnt ihr euch mit unseren Gästen und Gästinnen oder anderen Hörer und Hörerinnen in unserem Podcast Forum austauschen. Schreibt uns hierfür eine E-Mail an [podcast@lag-sb-rlp.de](mailto:podcast@lag-sb-rlp.de) und ich schicke euch den Einladungslink zu. Euch allen ein Weihnachtsfest und einen Jahreswechsel ganz nach eurem Geschmack. Bis bald.