Regionalbericht:
AOK PLUS

Mit Qualität für die Gesundheit

AOK-Präventionsbericht

Die Leistungen der AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen in der Gesundheitsförderung und Prävention

2016

1 • Vorwort

Wussten Sie schon, dass in dieser Sekunde, während Sie diese Zeile lesen, mehr als eine Million chemischer Reaktionen hinter Ihren Augen ablaufen? Dass unser Gehirn eine Datenmenge von 30 Millionen Gigabyte speichern kann? Dass unsere Nase mehr als 10.000 unterschiedliche Gerüche wahrnimmt? Der menschliche Körper leistet Unglaubliches. Dieses Wunderwerk gilt es zu pflegen.

Der Volksmund sagt: Es gibt tausend Krankheiten, aber nur eine Gesundheit. Die moderne Medizin leistet Großartiges. Trotzdem dürfen wir nicht dem Irrglauben verfallen, alles sei reparabel. Jeder muss im Rahmen seiner Möglichkeiten selbst zur eigenen Gesundheit beitragen. Dafür steht der Präventionsgedanke. Wir, die AOK PLUS, verstehen uns ausdrücklich als Gesundheitskasse. Wir wollen nicht als Reparaturbetrieb im Gesundheitswesen agieren, sondern Krankheiten aktiv vorbeugen und Menschen jeden Alters unabhängig von ihrer sozialen Situation die Chance geben, etwas für ihre Gesundheit zu tun. Darum bringen wir unsere Angebote gezielt dorthin, wo die Menschen einen großen Teil ihres Alltags verbringen – in die Unternehmen, in die Schulen und Kindergärten. Nur so können wir auch diejenigen erreichen, die sich bisher nicht oder wenig um ihre Gesundheit kümmern.

Mit dem Präventionsgesetz sind jetzt erstmals verbindliche Regeln festgeschrieben worden, um Gesundheit und Prävention stärker zu fördern. Wir haben uns bereits lange vorher intensiv für die Gesundheitsförderung eingesetzt. Seit vielen Jahren schon geben wir für unsere Präventionsangebote mehr Geld aus als alle anderen Krankenkassen und auch mehr, als der Gesetzgeber nun vorschreibt. Rund 1.000 Firmen in Sachsen und Thüringen und mehr als 500 Kitas in beiden Ländern haben in den letzten Jahren viel von den AOK-Experten gelernt. Die Ergebnisse unseres Engagements sind nicht immer kurzfristig messbar. Aber mittel- und langfristig wird die ganze Gesellschaft von diesem Ansatz profitieren.

Das setzt allerdings voraus, dass die Prävention als gesamtgesellschaftliche Aufgabe verstanden wird. Sowohl die Politik als auch jeder Einzelne von uns ist hier in der Pflicht. Denn auch bei der Prävention in den Lebenswelten gilt: Die Krankenkassen allein können es nicht richten.

Dr. Stefan Knupfer
Vorstand der AOK PLUS

2 • Die Gesundheitsförderung der AOK PLUS im Überblick

Die Gesundheit ist ein hohes persönliches und gesellschaftliches Gut. Der AOK PLUS ist es darum ein zentrales Anliegen, die Gesundheit ihrer Versicherten zu stärken. Zum Wohle aller Menschen in Sachsen und Thüringen setzt sich die Gesundheitskasse für den Auf- und Ausbau guter gesundheitsförderlicher Strukturen ein. Der vorliegende Bericht beschreibt anhand der Daten aus dem Berichtsjahr 2014 das Engagement der AOK PLUS in der Gesundheitsförderung und Prävention sowie in der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe. Ergänzt wird dies durch einen Ausblick auf die Planungen für das Jahr 2016 und darüber hinaus.

Bei ihren Aktivitäten zur Gesundheitsförderung setzt die AOK PLUS mehrere Schwerpunkte: Sie fördert den Aufbau gesundheitsförderlicher Strukturen und initiiert und begleitet entsprechende Prozesse in vielen Bereichen, wo Menschen leben und lernen – sowohl in der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) als auch in den sogenannten nicht betrieblichen Lebenswelten (NBLW), wie zum Beispiel Kindergärten und Schulen. Mit ihren Projekten will die AOK PLUS zum einen die Menschen zu einem gesundheitsbewussteren Verhalten motivieren und zum anderen die sie umgebenden Verhältnisse gesundheitsförderlicher gestalten.

Durch zielgerichtete und bedarfsorientierte Angebote nach dem individuellen Ansatz der Primär- und Sekundärprävention unterstützt die Gesundheitkasse ihre Versicherten in allen Lebensphasen dabei, die eigenen Gesundheitsressourcen oder die ihrer Familie zu stärken – unabhängig von ihrem sozialen Status und den Voraussetzungen, die sie für die gesundheitliche Entwicklung mitbringen.

Eine weitere wichtige Aufgabe ist die Förderung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe. Die AOK PLUS möchte von Krankheit oder Behinderung Betroffene dabei unterstützen, sich miteinander zu vernetzen und ihre Gesundheitskompetenz so auszubauen, dass sie als Experten in eigener Sache selbst wissen, was ihnen gut tut.

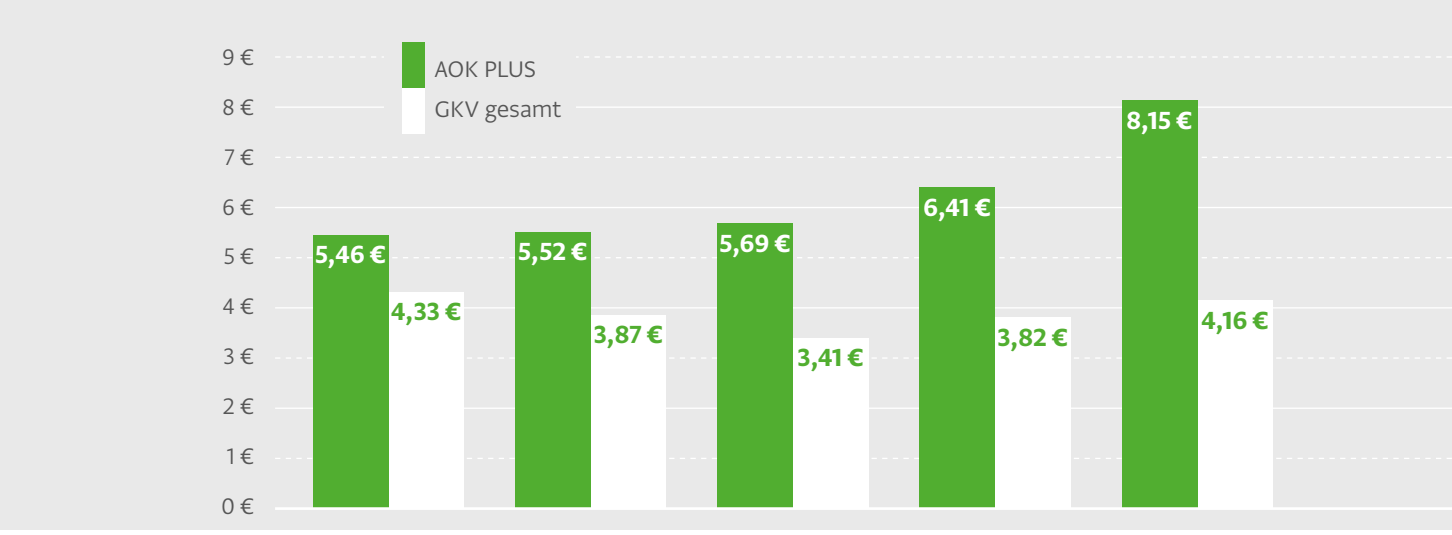
Über 100 gut qualifizierte Mitarbeiter in acht regionalen Teams bringen sich mit hohem fachlichem Know-how aktiv in nachhaltige Projekte und in verschiedene Netzwerke ein und betreuen mit großem persönlichen Engagement die Versicherten und Vertragspartner der AOK PLUS in Sachsen und Thüringen.

Um die Wirksamkeit ihrer Programme zu gewährleisten, arbeitet die AOK PLUS bei der Entwicklung, Evaluation und Qualitätssicherung ihrer Angebote intensiv mit Experten aus der Wissenschaft zusammen. Regelmäßige Kundenbefragungen durch externe, neutrale Unternehmen sichern die Servicequalität.

Seit Jahren investiert die Gesundheitskasse in Sachsen und Thüringen kontinuierlich in die Gesundheitsvorsorge ihrer Versicherten. Die Entwicklung der Ausgaben für die Gesundheitsförderung und Primärprävention zeigt ihr gleichbleibend hohes, überdurchschnittliches Engagement auf diesem Gebiet (**Abbildung 1**).

Für das gesamte Spektrum der Gesundheitsförderung und Prävention, inklusive Sekundärprävention und Selbsthilfe, brachte die AOK PLUS im Berichtsjahr 2014 insgesamt 24.759.350 Euro auf; das entspricht 9,12 Euro pro Versicherten.

Abbildung 1: Entwicklung der Gesamtausgaben für Gesundheitsförderung und Primärprävention (ohne Sekundärprävention und Selbsthilfe) in den Jahren 2010 bis 2014



Quelle: Präventionsbericht GKV-Spitzenverband, AOK PLUS

Durch das im Juli 2015 verabschiedete Präventionsgesetz (PrävG) sieht sich die Gesundheitskasse in ihrer bisherigen Ausrichtung und den damit verbundenen Investitionen bestätigt. Ansätze, die für die AOK PLUS schon seit Langem geübte Praxis sind, werden durch dieses Gesetz bundesweit etabliert. Dies gilt insbesondere für die Angebote zur Betrieblichen Gesundheitsförderung und zur Gesundheitsförderung in nicht betrieblichen Lebenswelten.

Auch in Zukunft wird die AOK PLUS durch Investitionen und das Bereitstellen von Ressourcen ihren Beitrag zu der wichtigen gesamtgesellschaftlichen Aufgabe leisten, die Gesundheitsförderung und Prävention in Sachsen und Thüringen weiter auszubauen.

Auf der nächsten Seite sind die wichtigsten Kennzahlen zu den Leistungen der AOK PLUS auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung und Prävention im Berichtsjahr 2014 im Überblick zusammengestellt. Im Anschluss daran greift der vorliegende Bericht die einzelnen Themenfelder vertiefend auf und beschreibt die Zielsetzungen, das Vorgehen sowie erfolgreiche Praxisbeispiele. Jedes Kapitel schließt mit einem kurzen Ausblick auf das Jahr 2016.

3 • Kennzahlen im Überblick

Die in der nachstehenden Tabelle aufgeführten Kennzahlen stellen die vielfältigen Aktivitäten der AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung, Prävention und Selbsthilfe dar.

Tabelle 1: Kennzahlen zu den Leistungen der AOK PLUS in Gesundheitsförderung, Prävention und Selbsthilfe 2014 im Überblick

	AOK PLUS
Betriebliche Gesundheitsförderung	
Anzahl der Betriebe	994
Anzahl direkt erreichter Personen	185.379
Anzahl indirekt erreichter Personen	95.499
Ausgaben je Versicherten	1,07 €
Ausgaben je direkt erreichter Person	15,68 €
Summe der Ausgaben	**2.906.838 €**
Nicht betriebliche Lebenswelten	
Anzahl der Settings	1.559
Anzahl direkt erreichter Personen	77.867
Anzahl indirekt erreichter Personen	139.803
Ausgaben je Versicherten	1,63 €
Ausgaben je direkt erreichter Person	56,94 €
Summe der Ausgaben	**4.433.499 €**
Individueller Ansatz Primärprävention	
Anzahl direkt erreichter Personen	174.786
Ausgaben je Versicherten	5,45 €
Ausgaben je direkt erreichter Person	84,73 €
Summe der Ausgaben	**14.810.221 €**
Individueller Ansatz Sekundärprävention	
Anzahl direkt erreichter Personen	7.091
Ausgaben je Versicherten	0,33 €
Ausgaben je direkt erreichter Person	128,01 €
Summe der Ausgaben	**907.708 €**
Selbsthilfeförderung	
Anzahl der geförderten Selbsthilfegruppen, -kontaktstellen, -organisationen	1.491
Ausgaben je Versicherten	0,64 €
Summe der Ausgaben	**1.701.084 €**
Gesamt	
Anzahl direkt erreichter Personen	445.123
Anzahl indirekt erreichter Personen	235.302
Anzahl Versicherte	2.714.201
Ausgaben je Versicherten	9,12 €
Ausgaben je direkt erreichter Person	55,62 €
Summe der Ausgaben	**24.759.350 €**

4 • Betriebliche Gesundheitsförderung: Gesunde Organisation – gesunde Beschäftigte

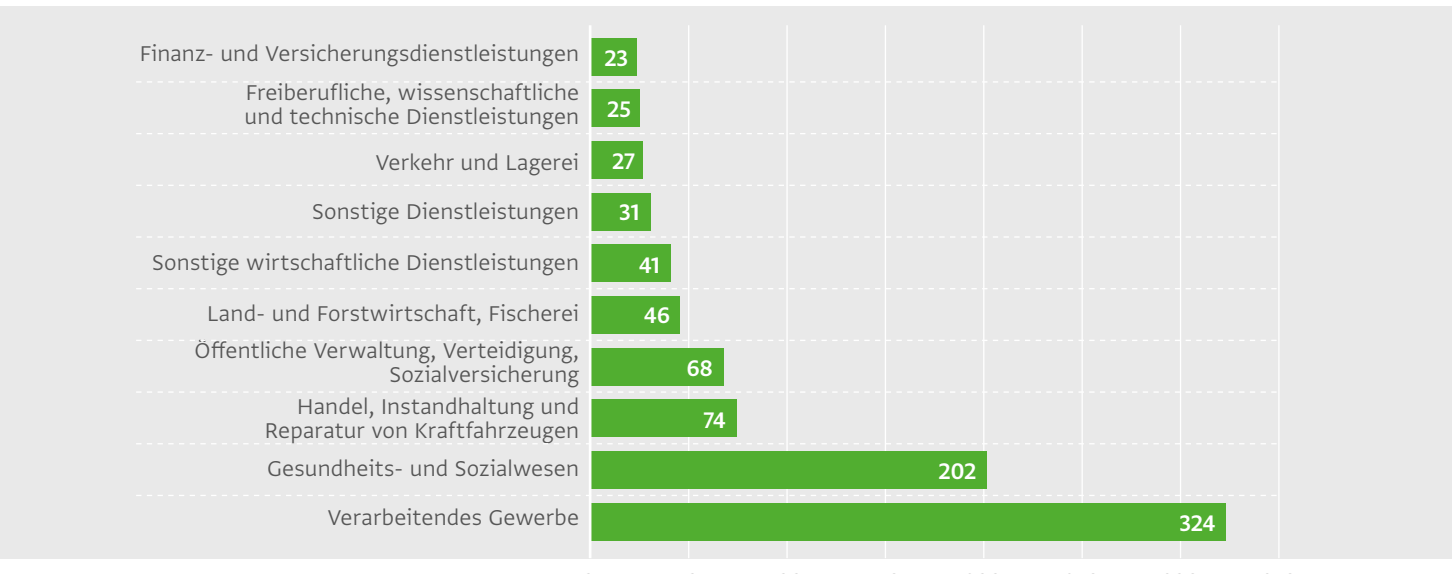
Die Betriebliche Gesundheitsförderung ist ein wichtiger Erfolgsfaktor für Unternehmen. Die Gesundheitsexperten der AOK PLUS beraten und unterstützen Firmen in Sachsen und Thüringen dabei, ein eigenes Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) aufzubauen oder weiterzuentwickeln. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Prozessberatung: Gemeinsam mit Entscheidungsträgern und Betroffenen werden konkrete Gesundheitsziele formuliert, um mit vereinten Kräften nachhaltige Veränderungen auf den Weg zu bringen.

Aktiv in allen Branchen

Im Berichtsjahr 2014 investierte die AOK PLUS rund drei Millionen Euro in die Betriebliche Gesundheitsförderung und erreichte damit etwa 281.000 Beschäftigte in fast 1.000 Unternehmen. So erhielten 120 Firmen eine umfassende Beratung und Begleitung zur Prozesssteuerung, für rund 500 Betriebe wurde eine detaillierte Analyse der krankheitsbedingten Ausfallzeiten erstellt. Zudem organisierten die AOK-Berater mehr als 300 Aktionen zur mobilen Gesundheitsberatung mit Modulen zum Herz-Kreislauf-Risiko und/oder zum Halte- und Bewegungsapparat sowie weitere 700 Aktivitäten wie Gesundheitstage, Kurse, Schulungen und Vorträge.

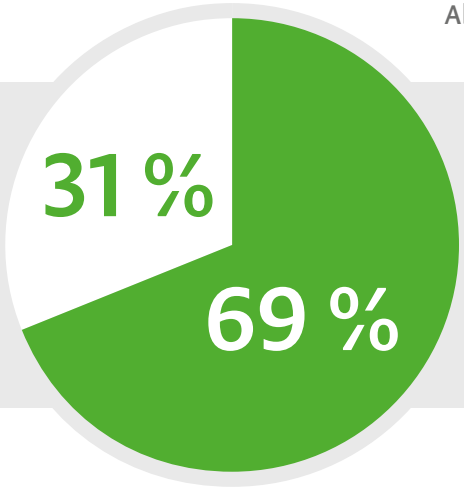
Die BGF-Experten der AOK PLUS betreuen Firmen verschiedenster Branchen und Unternehmensgrößen. Besonders häufig berieten sie im Berichtsjahr 2014 Unternehmen des verarbeitenden Gewerbes und des Gesundheits- und Sozialwesens (Abbildung 2). Die im Präventionsgesetz geforderte Fokussierung der Betrieblichen Gesundheitsförderung auf kleine und mittelständische Unternehmen (KMU) praktiziert die AOK PLUS schon jetzt mit Erfolg: 69 Prozent der 2014 betreuten Firmen beschäftigten weniger als 250 Mitarbeiter (Abbildung 3).

Abbildung 2: Anzahl der betreuten Firmen nach Branchen 2014 (Top 10)



Quelle: AOK PLUS / Klassifikation der Wirtschaftszweige: Statistisches Bundesamt (WZ 2008)

Abbildung 3: Anteil der betreuten BGF-Firmen nach Unternehmensgröße 2014



KMU ≤ 250 Mitarbeiter
Großunternehmen

Quelle: AOK PLUS

Betriebliche Gesundheitsförderung in der Praxis

Vernetzung von kleinen und mittelständischen Unternehmen

Mit einer Veranstaltungsreihe im Rahmen des „Forums zum Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit im Pflegesektor in Sachsen“ boten die Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e. V. (SLfG) und die AOK PLUS im Herbst 2014 Führungskräften und Personalverantwortlichen aus der stationären und ambulanten Altenpflege die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch und zur Vernetzung. Zudem erläuterten die BGF-Spezialisten der AOK PLUS in Torgau, Annaberg-Buchholz und Bautzen ein Konzept für die Betriebliche Gesundheitsförderung speziell im Pflegebereich.

Erfolgreiche Kooperation

Ein gelungenes Beispiel für sozialversicherungsträgerübergreifende Arbeit ist die von 2013 bis 2015 laufende Kooperation der AOK PLUS mit der Berufsgenossenschaft der Wohlfahrtspflege (BGW) und der Professur für Arbeits- und Organisationspsychologie der Technischen Universität (TU) Dresden bei einer von der TU geleiteten Interventionsstudie zum Thema „cuRs“ (chronischer unspezifischer Rückenschmerz) in der stationären Altenpflege. Zum Einsatz kamen verhältnis- und verhaltensbezogene Interventionen wie das Training emotionaler Kompetenzen, verhaltenspräventive Schulungen der Teilnehmer und die Einrichtung von Burnout-Präventions-Teams. Die AOK PLUS unterstützte die Forscher bei der Auswahl und Beratung der Firmen. Das Konzept wurde in den teilnehmenden Betrieben erfolgreich umgesetzt und als integraler Bestandteil in die BGM-Prozesse aufgenommen.

Was sagen die Kunden der AOK PLUS?

Unternehmen aller Größen äußerten sich höchst zufrieden über die BGF-Beratung der AOK PLUS.

86,3 % bescheinigten der AOK PLUS eine besonders hohe Gestaltungs- und Beratungsqualität.

90,2 % sagten, dass ihre Erwartungen an eine Krankenkasse in Bezug auf die Unterstützung bei der BGF erfüllt oder sogar übertroffen wurden.

82,0 % der Befragungsteilnehmer maßen der Optimierung von Arbeits- und Gesundheitsschutz besonders hohe Bedeutung zu.

Quelle: Nachkontaktbefragung 2014, Institut für Marketing und Kommunikation (IMK)

Ausblick 2016

Die im Präventionsgesetz verankerte verstärkte Ausrichtung der Betrieblichen Gesundheitsförderung ist bei der AOK PLUS längst gelebte Praxis. Zukünftig wird die Gesundheitskasse bei der Konzeption und Firmenauswahl den Fokus noch stärker auf Klein- und Kleinstunternehmen legen.

Im Rahmen der durch das Präventionsgesetz geforderten Zusammenarbeit zwischen Krankenkassen, Land und anderen Sozialversicherungsträgern wird die AOK PLUS in den nächsten Jahren die Einrichtung regionaler Koordinierungsstellen aktiv unterstützen, um den einfachen und direkten Zugang für Firmen zu Leistungen der Betrieblichen Gesundheitsförderung weiter auszubauen.

Die Berücksichtigung des demografischen Wandels ist schon jetzt integraler Bestandteil in der Projektberatung und der bedarfsgerechten Intervention, etwa durch die Bereitstellung demografiebezogener Arbeitsunfähigkeitsdaten. Für die Zukunft ist geplant, diesem Aspekt verstärkt Rechnung zu tragen.

5 • Gesundheitsförderung in den nicht betrieblichen Lebenswelten: Lebensqualität von Anfang an

Im Fokus der Aktivitäten der AOK PLUS in den verschiedenen Lebenswelten steht das gesunde Aufwachsen der Kinder. Die Weichen für die Gesundheit künftiger Generationen werden früh gestellt, gesundheitsförderliche Einstellungen und Verhaltensweisen werden maßgeblich in der Kindheit geprägt. Im Berichtsjahr 2014 standen jungen Eltern mit Kindern unter zehn Jahren innerhalb der Programme „Junge Familie“ und „Gemeinsam wachsen“ über 650 spezifische Familienangebote der AOK PLUS zur Verfügung. Mehr als 15.000 junge Eltern nahmen diese Möglichkeiten, ihre Gesundheitskompetenz zu stärken, wahr.

Die AOK PLUS unterstützt Kitas, Schulen, Hochschulen und Kommunen beim Auf- und Ausbau gesundheitsförderlicher Strukturen und bezieht dabei Betroffene und Entscheider aktiv ein. Seit Jahren arbeitet die AOK PLUS zudem gemeinsam mit Ministerien, Schulämtern, Stadtverwaltungen und Hochschulleitungen an Pilotprojekten. Die Ergebnisse dieser gemeinsamen Projekte werden veröffentlicht und stehen allen Interessierten im Internet unter www.aokplus.de (Stichwort: Schule) zur Verfügung.

Was sagen die Kunden der AOK PLUS?

90 % der Eltern fühlten sich durch den Kurs in ihrer Elternrolle gestärkt.

95 % der Teilnehmer bescheinigten dem Kurs einen positiven Einfluss auf die Eltern-Kind-Beziehung.

92 % der Teilnehmer bestätigten dies auch im Hinblick auf die gesunde Entwicklung der Kinder.

Quelle: Stichprobenbefragung 2012, externe Bachelorarbeit

Erfolgreiche Projekte 2014

JolinchenKids – Fit und gesund in der Kita

Das ganzheitliche Gesundheitsförderungsprogramm „JolinchenKids“ hat zum Ziel, Kindergärten als gesunde Lebenswelt zu gestalten

und Kinder, Eltern und Erzieher für einen gesunden Lebensstil zu begeistern. Bausteine des Programms sind Ernährung, Bewegung, seelisches Wohlbefinden sowie die Gesundheit der Erzieherinnen. Ein zentraler Erfolgsfaktor ist die Einbeziehung der Eltern. Die AOK PLUS war 2014 eine von drei Pilotregionen für die Erprobung des Programms. Die AOK-Gesundheitsexperten betreuten seinerzeit 14 teilnehmende Kitas, begleiteten die Kita-Steuergruppen, schulten die Erzieherinnen und organisierten Workshops.

Gesunde Lebenswelt Schule

Im Rahmen eines weiteren erfolgreichen Pilotprojekts unterstützten in den Jahren 2009 bis 2013 die AOK PLUS, das Thüringer Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur sowie die Technische Universität Dresden Schulen im Freistaat Thüringen dabei, ein gesundes Lernumfeld, ein positives Schulklima und eine höhere Schulfreude für Schüler und Pädagogen zu schaffen. Das im Projekt entwickelte „Individuelle Schulprofil“ steht seit 2014 allen Schulen in Sachsen und Thüringen kostenfrei zur Verfügung. Auf der Basis einer Onlinebefragung der Schüler liefert es wichtige Erkenntnisse, zum Beispiel über die Gesundheit der Befragten und ihre Schulzufriedenheit. Die Schulen können auf dieser Grundlage Entwicklungsbedarf erkennen, die Zielsetzung für künftige Maßnahmen planen und bereits durchgeführte auswerten. In Sachsen profitierten in den Jahren 2013 bis 2015 bereits die ersten zehn Schulen von den Piloterfahrungen aus Thüringen.

Vom Stadtteilkonzept zur kommunalen Gesamtstrategie

Die von 2009 bis 2011 im Pilotprojekt „GO – Gesund im Osten. Stadtteilbezogene Prävention und Gesundheitsförderung für sozial benachteiligte Mütter und Mütter mit Migrationshintergrund“ gesammelten Erfahrungen konnten erfolgreich auf die gesamte Stadt übertragen werden. Für ein „Gesundes Leipzig“ haben sich alle Ressorts der Stadt Leipzig vernetzt. Die Koordinierungsstelle Gesundheit ist heute ein fester Bestandteil der städtischen Struktur. Die AOK PLUS, die Hochschule für Technik, Wirtschaft und Kultur Leipzig und die Stadt Leipzig bündelten im Rahmen dieses Modellprojekts für das Stadtgebiet Leipzig ihre Kompetenzen. Im Berichtsjahr 2014 beteiligten sich erstmalig weitere Krankenkassen (Barmer GEK und IKK classic) am Projekt. Außerdem wurde als Querschnittsthema die Verbindung zu Lebenswelten wie Kindergärten, Schulen, Vereinen und Betrieben etabliert.

Was sagen die Kunden der AOK PLUS?

98 % der befragten Kita-Mitarbeiterinnen (Multiplikatoren) beurteilen JolinchenKids als „hilfreich“ oder „sehr hilfreich“.

96 % bewerten die Betreuung durch die AOK PLUS als „gut“ oder „sehr gut“.

Quelle: Evaluation Pilotphase „JolinchenKids“ 2014; Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie (BIPS)

Ausblick

Die AOK PLUS engagiert sich seit Jahren für die Gesundheitsförderung in nicht betrieblichen Lebenswelten. Dabei stehen vor allem junge Familien und Kindergärten im Vordergrund. Damit agiert die Gesundheitskasse ganz im Sinne des Präventionsgesetzes. Zugleich unterstützt sie mit ihren Schwerpunkten in der Prozessbegleitung die künftigen Ziele und Inhalte der Landesrahmenvereinbarungen in Sachsen und Thüringen. In den nächsten Jahren will die AOK PLUS ihre Angebote für junge Familien mit den kommunalen Angeboten zum Thema „Gesund aufwachsen“ vernetzen, um auf diese Weise noch nachhaltiger zu wirken.

6 • Individuelle Gesundheitsförderung: Gesundheitskurse auf Gutschein

Die AOK PLUS macht es ihren Versicherten leicht, selbst etwas für ihre Gesundheit zu tun: Sie hält ein umfassendes Präventionsangebot bereit und gestaltet den Zugang zu den gesundheitsförderlichen Angeboten bewusst unkompliziert. Interessenten werden in den Filialen, am Telefon oder per E-Mail umfassend beraten. Die Teilnahme an den Kursen ist per Gutschein kostenfrei; die Anbieter rechnen die Kosten direkt mit der AOK PLUS ab.

Ärzte nutzen seit 2014 den erweiterten AOK-Check-up PLUS, um Versicherte mit einem erhöhten Diabetes-Risiko frühzeitig zu identifizieren und gezielt auf Präventionsangebote der Gesundheitskasse hinzuweisen – ganz im Sinne des Präventionsgesetzes, das solche Empfehlungen jetzt vorsieht.

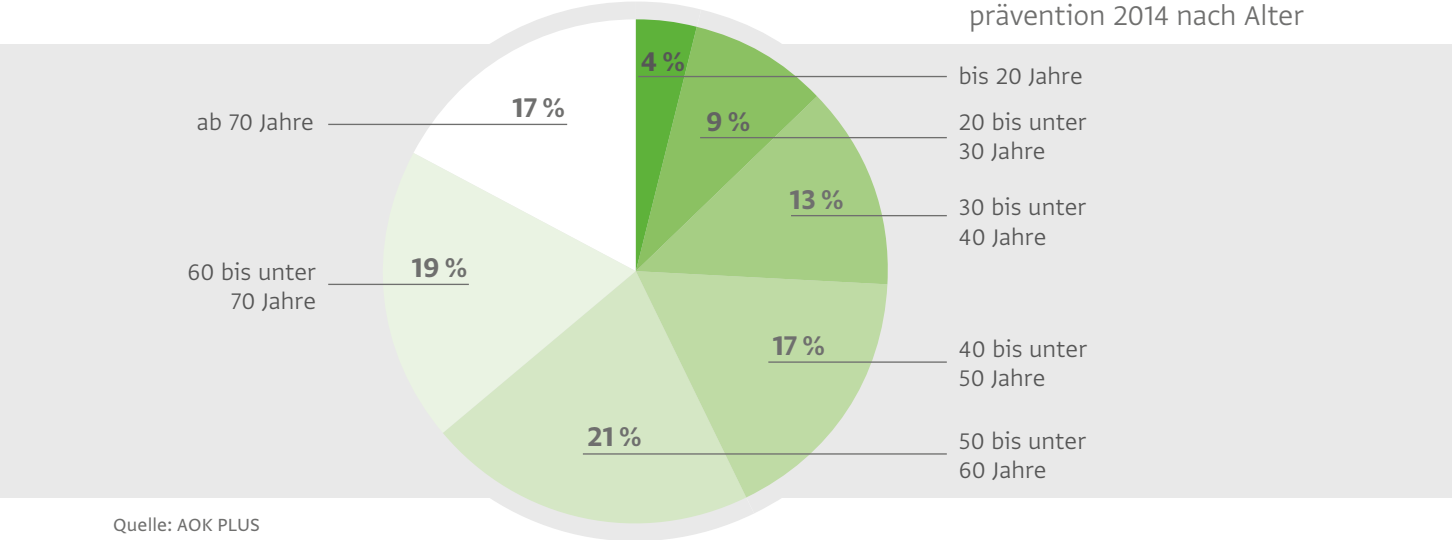
Kostenlose Gesundheitskurse

Gemeinsam mit 4.400 Kooperationspartnern hält die AOK PLUS ein flächendeckendes Angebot mit rund 16.000 Kursen zur Primärprävention vor. Im Berichtsjahr 2014 nahmen 6,4 Prozent aller AOK PLUS-Versicherten, insgesamt 174.786 Menschen, an einem solchen Gesundheitskurs teil; der Durchschnittswert in der gesetzlichen Krankenversicherung (ohne AOK) lag dagegen nur bei 2,3 Prozent. Die Kurse werden in allen Altersgruppen gut angenommen, das Interesse steigt mit zunehmendem Lebensalter an (Abbildung 4).

Therapiebegleitende Programme

Mehr als 7.000 Versicherte mit ersten Anzeichen für Stoffwechselstörungen, Rücken-, Herz-Kreislauf- oder ernährungsbedingte Erkrankungen oder mit Übergewicht haben 2014 eines von vier Programmen der Sekundärprävention genutzt. Insgesamt 87 Vertragspartner führen die Programme „Rücken“, „Herz-Kreislauf“, „Leichter und aktiver leben“ und „Ernährungsberatung“ flächendeckend in beiden Bundesländern durch.

Abbildung 4: Kursteilnehmer Primärprävention 2014 nach Alter



Quelle: AOK PLUS

Digitale Medien

Digitale Medien können heute Menschen aller Altersgruppen dabei unterstützen, ihre Gesundheit zu verbessern, das Familienleben zu stärken und das Leben zu erleichtern. Die Online-Programme der AOK-Gemeinschaft zu den Themen Abnehmen, Raucherentwöhnung, Rücken- und Lauftraining oder Stressabbau sind ganz bequem von zu Hause oder von unterwegs nutzbar. Zusätzlich unterstützen 15 Gesundheits-Apps gesundheitsbewusstes Verhalten, beispielsweise beim Einkaufen, Kochen oder beim Sport. Sechs Ratgeberforen, in denen AOK-Gesundheitsexperten qualifiziert Auskunft zu Gesundheitsfragen geben, komplettieren die individuellen Gesundheitsangebote für AOK PLUS-Versicherte.

Was sagen die Kunden der AOK PLUS?

91,3 % der kontaktierten Teilnehmer beurteilen das Gutscheinsystem als attraktive Lösung.

89,6 % der Kursteilnehmer bewerten den Nutzen der Gesundheitskurse als sehr hoch und eher hoch.

Quelle: Nachkontaktbefragung 2014 – Individuelle Gesundheitsförderung, IMK

Ausblick

Die AOK PLUS wird auch im Jahr 2016 mehr in die individuelle Gesundheitsförderung ihrer Versicherten investieren, als der Gesetzgeber verlangt, um ihre qualitätsgesicherten und wohnortnahen Angebote weiterzuentwickeln.

7 • Gesundheitsbezogene Selbsthilfe

Selbsthilfe als Teil der Gesundheitsförderung trägt viel dazu bei, chronisch kranke Menschen und ihre Angehörigen bei der Krankheitsbewältigung zu unterstützen. Der Fokus der AOK PLUS liegt dabei auf einer gezielten, bedarfsgerechten Schwerpunktförderung, dem Aufbau von Strukturen und der Vernetzung der Akteure untereinander. Damit die Projektförderung so unkompliziert und unbürokratisch wie möglich abläuft, wurde das Verfahren dafür vereinfacht und flexibler gestaltet. So ist es seit 2014 möglich, ganzjährig Förderanträge zu stellen.

Aktivitäten 2014

Im Berichtsjahr 2014 hat die AOK PLUS 0,64 Euro je Versicherten für die gesundheitsbezogene Selbsthilfe ausgegeben und lag damit über dem gesetzlich geforderten Wert von 0,62 Euro. Insgesamt investierte die AOK PLUS 1,7 Millionen Euro in die Selbsthilfe. Neben der kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung wurden mehr als 619 zukunftsweisende Projekte durch die AOK PLUS direkt gefördert. Erstmals unterstützte die Gesundheitskasse auch 46 Projekte mit dem Schwerpunkt „familienorientierte Selbsthilfe“ und 18 Projekte mit dem Schwerpunkt „internetgestützte Selbsthilfe“. Durch die intensivere Nutzung moderner Medien sollen neue Zielgruppen erreicht und insbesondere die Vernetzung von Selbsthilfeaktivitäten über das Internet gefördert werden.

Akteure zusammenführen

Unter Federführung der AOK PLUS gelang es 2014 erstmalig, einen länderübergreifenden Austausch zwischen Akteuren der Selbsthilfe aus Sachsen und aus Thüringen zu initiieren. In mehreren Workshops konnten die Teilnehmer über die Landesgrenze hinweg Erfahrungen austauschen, sich vernetzen und auf gemeinsame Strategien verständigen. Anfang Juli trafen sich Vertreter von Selbsthilfegruppen und den beiden Landesstellen für Suchtgefahren zu einem Workshop „Familienorientierte Suchtselbsthilfe in Sachsen und Thüringen“ im Seminar- und Tagungszentrum in Waldheim. Zu einem weiteren Workshop unter dem bezeichnenden Titel „Netzwerk der Zusammenarbeit“ lud die AOK PLUS im September 2014 nach Waldheim ein und bot damit den Selbsthilfe-Kontaktstellen in Sachsen und Thüringen eine Plattform.

Ausblick 2016

Nachdem der gesetzliche Förderbetrag auf 1,05 Euro je Versicherten erhöht wurde, will die AOK PLUS diesen erweiterten finanziellen Spielraum insbesondere für den Ausbau einer qualitätsgesicherten und bedarfsgerechten Schwerpunktförderung nutzen. So sollen neue Projekte in der „Jungen Selbsthilfe“ initiiert und die familienorientierte Suchthilfe weiter ausgebaut werden. Außerdem sollen Themen, die sich zum Beispiel aus dem demografischen Wandel ergeben, stärkere Berücksichtigung finden.

Was sagen die Kunden der AOK PLUS …

… zur Beratungsqualität?
Die Versicherten, die eine Beratung durch die AOK PLUS zur Fördermittelbeantragung erhalten haben, waren mit der Hilfs- und Auskunftsbereitschaft, der fachlichen Kompetenz sowie der Kulanz der Mitarbeiter äußerst zufrieden.

… zum Antragsverfahren?
Es wurden insgesamt sehr hohe Zufriedenheitswerte vergeben, insbesondere bezüglich der Informationen zum Antragsergebnis, zur Verständlichkeit und Gestaltung der Verwendungsnachweise.

Quelle: Nachkontaktbefragung 2013, IMK

Auf GKV-Ebene wird die AOK PLUS auch weiterhin ihre hohe Fachkompetenz einbringen und die Interessen der Selbsthilfe in Sachsen und Thüringen vertreten.

Mehr Infos unter:
Servicetelefon: 0800 1059000*
Servicefax: 0800 1059001*
Service-E-Mail: service@plus.aok.de
Internet: www.aokplus.de
*deutschlandweit kostenfrei und das rund um die Uhr aus allen Netzen

Impressum
Herausgeber: AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen, Dresden
Fachbereich Strategische Gesundheitsförderung
Umsetzung: KomPart Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Berlin
Druck: Richter Druck, Elkenroth
Stand: Januar 2016