

# Selbsthilfe trifft Arbeit

**HERSBRUCK** - Die Selbsthilfeunterstützungsstelle Kiss Mittelfranken startet dieses Jahr ein Projekt unter dem Motto „Selbsthilfe trifft Arbeit“ - maßgeblich gefördert durch die AOK Bayern.

Die Förderung über rund 6.000 Euro wurde aktuell von der AOK an Kiss symbolisch überreicht und ermöglicht zum einen die Erstellung von speziell auf Arbeitgeber zugeschnittenen Infomaterials, um die unterstützende Wirksamkeit von Selbsthilfegruppen für chronisch kranke Mitarbeitende im Betrieb zu verdeutlichen. Zum anderen können Veranstaltungen zur Gesundheitsvorsorge und Krankheitsbewältigung für interessierte Mitarbeiter:innen angeboten werden. „Wir unterstützen dieses Angebot von Kiss, da wir hier einen echten lokalen Mehrwert bei der Prävention und Versorgung der Versicherten und in der Unterstützung der Firmen erkennen“, so Claus Eitel, Direktor in der AOK Mittelfranken.

## Erhöhter Krankenstand

Gerade im Bereich der psychischen Gesundheit ist der Krankenstand in den Betrieben deutlich gestiegen, aber auch andere chronische Erkrankungen nehmen zu. Nach Aussagen der gesetzlichen Krankenkassen erreichten die Fehltagelast gerade in den vergangenen beiden Jahren ein Re-



Zertifikatübergabe für das gemeinsame Projekt SH trifft Arbeit mit Doris Rothgang (links) und Ermina Kadić (Kiss Nürnberger Land).  
Foto: Friedrich Fackelmann, Kiss Mittelfranken

kordhoch. Dies bringt Arbeitgeber dazu, vermehrt in das Betriebliche Gesundheitsmanagement (GM) zu investieren. Ein Baustein hierbei kann die Förderung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe durch Personalverantwortliche im Arbeitskontext sein.

## Geschützter Rahmen

Der überaus wertvolle Vorteil von Selbsthilfegruppen liegt darin, dass Gleichbetroffene sich im geschützten Rah-

men über ihre Erfahrungen in der Krankheitsbewältigung austauschen und dadurch voneinander profitieren. Sie suchen aktiv gemeinsam nach Wegen der Gesundheit, stärken sich gegenseitig und machen einander Mut und Hoffnung. Diese Unterstützung, die chronisch kranke Mitarbeitende in der Gruppe erleben, kann Ausfallzeiten am Arbeitsplatz langfristig reduzieren.

Das Projekt „Selbsthilfe trifft Arbeit“ wird durch die örtliche Selbsthilfekonaktstelle Kiss Nürnberger Land in der Region umgesetzt. Firmen und Betriebe, die die Chancen der Selbsthilfe intern nutzen möchten, können sich unter <https://kiss-mfr.de/selbsthilfe-trifft-arbeit/> vorab informieren oder direkt mit Kiss unter 09151/9084494 oder [nuernberger-land@kiss-mfr.de](mailto:nuernberger-land@kiss-mfr.de) Kontakt aufnehmen.