

Pressemitteilung

AOK Sachsen-Anhalt verschafft Selbsthilfe mit neuem Podcast Gehör

„Seltene Erkrankungen“ als erstes Thema

Magdeburg, 25. Februar 2022

Von jahrelangen Rückenschmerzen bis hin zu lebensbedrohlichen Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen: Fast die Hälfte der Deutschen leidet unter einer chronischen Erkrankung. Zudem lebt rund jede zehnte Person mit einer schweren Behinderung. Mit dem neuen Podcast „ausgesprochen menschlich – Selbsthilfe auf Sendung“ der AOK Sachsen-Anhalt erhalten Betroffene ab Februar 2022 ein neues Forum.

Dinge auszusprechen und sich mit Betroffenen und Angehörigen auf Augenhöhe auszutauschen, kann Mut machen, Hoffnung geben und helfen, mit der jeweiligen Lebenssituation besser umgehen zu lernen. Deshalb fördert die AOK Sachsen-Anhalt seit mehr als 30 Jahren die Selbsthilfe.

Hierzulande gibt es mehr als 900 Selbsthilfegruppen und 40 Verbänden. Mit ihrem neuen Podcast „ausgesprochen menschlich – Selbsthilfe auf Sendung“ möchte die AOK Sachsen-Anhalt diesen Betroffenen und Angehörigen Gehör verschaffen und für chronische Erkrankungen und Behinderungen sensibilisieren.

Einmal im Monat teilen die Gäste des Podcasts ihr Know-how, berichten über persönliche Erfahrungen, ermöglichen Einblicke in die Arbeit verschiedenster

Organisationen und geben wertvolle Impulse für ein Leben mit chronischer Erkrankung oder Behinderung.

Erste Episode befasst sich mit seltenen Erkrankungen

In der ersten Episode, die am 18.02.2022 veröffentlicht wird, spricht Moderator Robert Gryczke mit Mitgliedern der Selbsthilfegruppe Seltene Erkrankungen Wittenberg. Zum Weltaktionstag am 28. Februar 2022 organisiert die Gruppe am Städtischen Klinikum Dessau einen „runden Tisch der Seltenen Erkrankungen“ und wird zudem die Wittenberger Schlosskirche in den Farben der Seltenen Erkrankungen beleuchten, um auf die besonderen Lebensumstände der Betroffenen aufmerksam zu machen.

Weitere Gäste des AOK-Podcasts werden sein: die Freie Parkinsongruppe Magdeburg, der Blaue Kreuz e. V. und ehrenamtliche Schlaganfallhelfer. Den Abschluss der ersten Staffel mit insgesamt sechs Episoden macht die Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft, die u. a. ihr Projekt „Gesund mit Genuss – Kochstudio für Krebsbetroffene“ vorstellen wird.

Der Podcast „ausgesprochen menschlich – Selbsthilfe auf Sendung“ erscheint monatlich und ist jederzeit unter [Podcast „Ausgesprochen menschlich – Selbsthilfe auf Sendung“ | AOK Sachsen-Anhalt \(deine-gesundheitswelt.de\)](#) abrufbar.

Weitere Informationen zur Selbsthilfe unter: [Selbsthilfe | AOK Sachsen-Anhalt \(deine-gesundheitswelt.de\)](#)

Zur AOK Sachsen-Anhalt:

Die AOK Sachsen-Anhalt betreut über 800.000 Versicherte und 50.000 Arbeitgeber in 44 regionalen Kundencentern. Mit einem Marktanteil von 40 Prozent und einem Beitragssatz von 15,4 Prozent ist sie die größte und eine der günstigsten Krankenkassen in Sachsen-Anhalt.

Bilderservice:



Das Profilbild des Podcast „ausgesprochen menschlich – Selbsthilfe auf Sendung“. Bild: AOK



Sich mit Betroffenen und Angehörigen auf Augenhöhe auszutauschen, kann Mut machen, Hoffnung geben und helfen, mit der jeweiligen Lebenssituation besser umgehen zu lernen. Die AOK fördert Selbsthilfe seit 30 Jahren. Foto: AOK