

## Prämierte Wanderausstellung

Für seine vorbildliche Öffentlichkeitsarbeit hat der „Arbeitskreis Schlafapnoe“ den Förderpreis der Marion und Bernd Wegener-Stiftung gewonnen.



In Siegerlaune: Der „Arbeitskreis Schlafapnoe Niedersächsischer Selbsthilfegruppen e. V.“ hat den Förderpreis für Selbsthilfegruppen der Marion und Bernd Wegener-Stiftung gewonnen.

Um die wertvolle Arbeit und das ehrenamtliche Engagement in der Selbsthilfe öffentlichkeitswirksam zu würdigen, lobt die Marion und Bernd Wegener-Stiftung jährlich den Förderpreis für Selbsthilfegruppen aus. In Kooperation mit der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin und der Landeshauptstadt Wiesba-

den vergibt sie insgesamt Preisgelder in Höhe von 7.500 Euro. Den diesjährigen dritten Platz und ein Preisgeld von 1.000 Euro hat der „Arbeitskreis Schlafapnoe Niedersächsischer Selbsthilfegruppen e. V.“ gewonnen. Die Jury war vor allem von der Öffentlichkeitsarbeit des Vereins begeistert. Durch die Realisie-

rung einer informativen und interessant gestalteten Wanderausstellung habe die Gruppe nicht nur viele Bürger für das Thema sensibilisiert. Zudem sei durch die Wanderausstellung mit ihren hervorragenden Inhalten auch das Interesse der Medien für dieses komplexe Thema geweckt worden, erklärte die Jury. Die [Wanderausstellung „Schlafen-Schnarchen-Schlafapnoe“](#) tourt seit 2014 durch ganz Deutschland.

### Mehr Infos zum Förderpreis der Wegener-Stiftung:

medandmore communication  
Elke Thomas, Friedberger Straße 2,  
61350 Bad Homburg  
Tel.: 06172-9661-0



**Mail:**  
[Elke.Thomas@medandmore.de](mailto:Elke.Thomas@medandmore.de)  
**Web:** [medandmore.de](http://medandmore.de)

## AOK VOR ORT

### Die Regionen Oldenburg und Oldenburger Münsterland

In Niedersachsen sind 15 AOK-Präventionsberater Selbsthilfe aktiv. Hier möchten wir Ihnen die AOK-Ansprechpartner vorstellen.

Bettina Grieshop-Matterne betreut für die AOK Niedersachsen die Regionen Oldenburg und Oldenburger Münsterland – dazu gehören die Landkreise Vechta, Cloppenburg, Delmenhorst, Wesermarsch und Oldenburg. Sie ist Ansprechpartnerin für Selbsthilfegruppen, Kontaktstellen und alle Menschen, die am Thema Selbsthilfe interessiert sind. Gern beantwortet die AOK-Expertin Fragen zur Projektförderung, unterstützt

bei der Suche nach Selbsthilfegruppen und gibt Tipps zum Engagement in der Selbsthilfe. Menschen, die eine Gruppe gründen wollen, können sich direkt an die jeweils zuständigen regionalen Kontaktstellen in [Vechta](#), in [Cloppenburg](#), in [Delmenhorst](#), in [Brake](#), in [Oldenburg](#) und in [Barnstorf](#) wenden – Bettina Grieshop-Matterne stellt aber gern auch den direkten Kontakt zu den zuständigen Mitarbeitern her.



### Präventionsberaterin:

Bettina Grieshop-Matterne

- Dipl.-Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin
- Seit 1989 bei der AOK in Vechta beschäftigt
- 25 Jahre in der Selbsthilfearbeit tätig

**Kontakt:** Bettina Grieshop-Matterne  
Tel: 04441 881-28634



**Mail:** [Bettina.Grieshop-Matterne@nds.aok.de](mailto:Bettina.Grieshop-Matterne@nds.aok.de)

Eine Besonderheit in ihrem Bereich ist die vernetzte Zusammenarbeit zwischen den Kontaktstellen aus Cloppenburg und Vechta und der AOK Niedersachsen. So werden beispielsweise landkreisübergreifende Veranstaltungen für Selbsthilfegruppen immer wieder

[Fortsetzung auf Seite 2 >](#)

Fortsetzung von Seite 1 >

gemeinsam organisiert, etwa die Veranstaltungen „Wege erarbeiten“ und „Werbung in eigener Sache“. Die nächste Veranstaltung „Rechtsfragen – Haftung, Verträge, Urheberrecht“ findet am 18. September 2015 in Bühren (Gasthof Frieling) statt (Infos über die Kontaktstellen Cloppenburg und Vechta). Gemeinsam mit der Kontakt- und Beratungsstelle Selbsthilfe im Landkreis Vechta des Landes-Caritasverbandes für Oldenburg e. V. organisierte Grieshop-Matterne am 11. Oktober 2014 auch den ersten Selbsthilfetag im Landkreis Vechta. Rund 100 Besucher folgten der Einladung. Der Selbsthilfetag gab 30 regionalen Selbsthilfegruppen die Möglichkeit, ihre Arbeit vorzustellen und sich untereinander besser zu vernetzen. Gastreferentin Dr. Gabriele Seidel, Geschäftsführerin der [Patientenuniversität](#) an der Medizinischen Hochschule Hannover, hielt den Impulsvortrag „Selbsthilfe – Sparmodell oder Mehrwert?“ ●

## VERANSTALTUNGSTIPPS

**Vortrag:**  
**Rechtsfragen – Haftung, Verträge, Urheberrecht**

am 18.09.15

im Gasthof Frieling, Bühren

Veranstalter: [Selbsthilfe-Kontaktstellen Cloppenburg](#) und [Vechta](#) sowie [AOK Vechta](#)

**Vortrag:**  
**Diagnostik und Therapie des Restless Legs Syndroms (RLS)**

am 14.10.15 im

Metropol-Theater, Vechta

Veranstalter: [RLS-Selbsthilfegruppe Vechta e.V.](#)

DIE BESONDERE ZAHL

Die GKV-Verbände Niedersachsens werden 2015 mit der Gemeinschaftsförderung die Arbeit und Initiative der Selbsthilfe mit

**2,1** Millionen Euro unterstützen.

## „Wer schön sein will, muss reisen“

**Was ist schön? Mit einem Dokumentarfilm geht Tine Wittler dieser Frage nach – und regt zum Nachdenken über Schönheitsideale und die Kraft eines gesunden Selbstbewusstseins an.**

Warum spielt die richtige Figur gerade bei Frauen eine so wichtige Rolle – und zwar weltweit? Welche Auswirkungen hat das auf die Gesundheit der Menschen? Um diese Fragen ausgiebig zu diskutieren, hatte die Kontaktstelle Vechta gemeinsam mit der AOK die Selbsthilfegruppen aus dem Oldenburger Münsterland ins Kino nach Vechta eingeladen. Der Dokumentarfilm „[Wer schön sein will, muss reisen](#)“ von und mit Tine Wittler regte die Anwesenden dazu an, über die eigenen Schönheitsideale und die Kraft eines gesunden Selbstbewusstseins nachzudenken. Die aus dem Fernsehen bekannte Moderatorin Tine Wittler war 2011 mit einem Filmteam nach Mauretanien gereist, wo nicht die schlanken, sondern die



Bei der Filmvorführung vor Ort: Tine Wittler (2. v. rechts) diskutierte mit den Vertreterinnen von der Selbsthilfe.

runden Frauen als die „schöneren“ gelten. Während hierzulande Diätpillen und Hungerwahn für die Bikinifigur sorgen, nehmen in dem kleinen afrikanischen Staat die Frauen gefährliche Medikamente ein, um an Gewicht zuzulegen. Und junge Mädchen werden dort nach wie vor gewaltsam zwangsgemästet. Nach dem Film diskutierten Wittler und Publikum über die Absurditäten im Kampf um das Idealgewicht – ob nun in Europa oder in Afrika. ●



**Infos zum Projekt:**  
[www.mussreisen.de](http://www.mussreisen.de)

## FORSCHUNGSPROJEKT

### Studienteilnehmer gesucht

Viele Menschen leben heute lange mit einer chronischen Erkrankung. Ein Forschungsteam der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) geht im aktuellen Modul der [SHILD-Studie](#) der Frage nach, wie es Menschen mit ihrer chronischen Erkrankung im Alltag geht. Um Näheres über die Situation und die Wünsche von chronisch kranken Menschen zu erfahren, suchen die Forscher dringend Studienteilnehmer. ●

**Kontakt:** Marius Haack,  
Institut für Epidemiologie, Sozialmedizin  
und Gesundheitssystemforschung  
**Tel:** 0511 532-8426



**Mail:** [shild@mh-hannover.de](mailto:shild@mh-hannover.de)  
**Web:** [www.uke.de](http://www.uke.de)