Wichtige Informationen und Ausfüllanleitung zum Antrag auf krankenkassenindividuelle Projektförderung der AOK PLUS für Selbsthilfegruppen (SHG)

Wichtige Informationen

Wir haben für Sie die wichtigsten Kriterien für eine Förderung Ihrer Selbsthilfeaktivitäten hier zusammengefasst. Eine ausführliche Beschreibung finden Sie im Leitfaden zur Selbsthilfeförderung - Grundsätze des GKV-Spitzenverbandes zur Förderung der Selbsthilfe gemäß § 20h SGB V vom 10. März 2000 in der Fassung vom 16. Juni 2025 (www.gkv-spitzenverband.de).

Allgemeines

Die **krankenkassenindividuelle Projektförderung** wird von einzelnen Krankenkassen und/oder ihren Verbänden verantwortet. Der Gesetzgeber hat den Krankenkassen die Möglichkeit eröffnet, mit der Selbsthilfe im Rahmen der Projektförderung zu kooperieren und inhaltlich zusammenzuarbeiten. Gefördert werden **zeitlich und inhaltlich begrenzte Maßnahmen und Aktivitäten**, die **zielorientiert ausgerichtet** sind und dazu beitragen, das **Selbsthilfeprinzip zu stärken**. Charakteristisch für das Selbsthilfeprinzip ist der **regelmäßige und selbstbestimmte Austausch Betroffener** sowie die **Unterstützung dieses Austausches in Gruppen, um die persönliche Lebensqualität zu verbessern**. Projekte sollen über das normale Maß an täglicher Selbsthilfearbeit hinausgehen und klar von Routineaufgaben abgegrenzt sein.

Gefördert werden können Projekte von Selbsthilfegruppen,

- die für ihre Mitglieder und deren Angehörige gegenseitige Hilfe und Unterstützung anbieten, und
- die einen gesundheitsbezogenen Erfahrungsaustausch über analoge Angebote und/oder digitale Angebote und Anwendungen ermöglichen, und
- deren Selbsthilfearbeit und Interessenwahrnehmung durch die Betroffenen getragen wird (Selbsthilfeprinzip) und die sich auf die gemeinsame Bewältigung bestimmter Krankheiten und/oder Krankheitsfolgen richten und mit dazu beitragen, die persönliche Lebensqualität zu verbessern.[1]

Allgemeine Voraussetzungen zur Förderung:

- Unabhängigkeit der Selbsthilfeaktivitäten von wirtschaftlichen Interessen
- Neutrale inhaltliche Ausrichtung
- Transparenz jeglicher Kooperation und Unterstützung durch Wirtschaftsunternehmen
- Transparenz über die Finanzierung des Projekts
- Bereitschaft zur partnerschaftlichen Zusammenarbeit mit der AOK PLUS unter Wahrung der Neutralität und Unabhängigkeit der Selbsthilfe
- keine vorrangig wirtschaftlichen/kommerziellen Zwecke
- Pflicht zum sparsamen, wirtschaftlichen und zweckgebundenen Umgang mit Fördermitteln
- Verpflichtender Hinweis auf die Förderung durch die AOK PLUS
- Beachtung der Bestimmungen des Bundesdatenschutzgesetzes bzw. der Landesdatenschutzgesetze und der EU-Datenschutz-Grundverordnung
- Unterzeichnung der Anträge und der Verwendungsnachweise von zwei Personen, die

[1] Im Rahmen der gesundheitsbezogenen Selbsthilfeförderung sind keine Angebote wie z. B. Freizeitaktivitäten förderfähig, die alleinig der allgemeinen Verbesserung des Befindens oder der Lebensumstände dienen (z. B. Kreativangebote, Sportangebote, Kino/Theaterbesuche etc.).

von den Antragstellenden als Vertretung legitimiert sind

Besondere Voraussetzungen zur Förderung als Selbsthilfegruppe (SHG) sind:

- Die Gruppengröße umfasst mindestens sechs Mitglieder.
- Die SHG weist eine verlässliche/kontinuierliche Gruppenarbeit und Erreichbarkeit nach. Der Wirkungskreis ist die Kommune, der Kreis, die Region. Die SHG sollte bei einer regionalen Kontaktstelle oder der Landeskontaktstelle gelistet sein.
- Die Selbsthilfegruppe ist auf gesundheitsbezogene Aktivitäten ausgerichtet.
- Das Angebot wird regelmäßig öffentlich bekannt gemacht.
- Die SHG ist offen für neue Mitglieder.
- Gruppenmitglieder und Gruppenleitung arbeiten ehrenamtlich und ohne professionelle Leitung. Dies schließt eine gelegentliche Hinzuziehung von Expertinnen und Experten zu bestimmten Fragestellungen nicht aus.
- Ein Gründungstreffen fand statt, wurde protokolliert und damit die Existenz der SHG nachgewiesen.
- Die geltenden Anforderungen an Datenschutz und Datensicherheit sind bei Nutzung digitaler Anwendungen und Angebote jederzeit einzuhalten. Das ist im Antrag belegt.
- Die SHG hat ein ausschließlich für die Zwecke der Selbsthilfe genutztes Bankkonto.

Die Fördermittel sind zur Verwendung im aktuellen Förderjahr (01.01.-31.12.) ausschließlich für förderfähige Aufwendungen bestimmt und sind unter Beachtung des Gebotes der Wirtschaftlichkeit und Sparsamkeit einzusetzen.

Nicht vom Förderzweck umfasst sind Projekte, die zu den Leistungen der GKV nach anderen Rechtsgrundlagen gehören, z. B.:

- Patientenschulungsmaßnahmen, Funktionstraining und Rehabilitationssport, Nachsorgemaßnahmen (§ 43 SGB V)
- Leistungen zur Früherkennung und Frühförderung (§ 46 SGB IX)
- Soziotherapie (§ 37a SGB V)
- Therapiegruppen (z. B. Psychotherapie, Ergotherapie (§§ 27 ff. SGB V)
- primärpräventive Maßnahmen/Präventionskurse (§ 20 SGB V)
- gesundheitsfördernde Maßnahmen in Lebenswelten (§ 20a SGB V) und Betrieben (§ 20b SGB V
- Leistungen zur Versorgung mit digitalen Gesundheitsanwendungen (§ 33a SGB V)

Ein Antrag auf Projektförderung kann bei der AOK PLUS ganzjährig eingereicht werden.

Bei Fragen zum Antrag bzw. zum Verwendungsnachweis setzen Sie sich mit dem/der für Ihren Antrag zuständigen Ansprechpartner/in der AOK PLUS in Verbindung.

Aufbewahrungsfrist

Die AOK PLUS ist verpflichtet, stichprobenartige Prüfungen durchzuführen. Daher sind für einen Zeitraum von **sechs** Jahren nach Beendigung des Förderverfahrens Belege vorzuhalten, anhand derer die verausgabten Fördermittel nachgewiesen werden müssen.

So sind zum Beispiel bei einer Abgabe des Verwendungsnachweises im Jahr 2026 die Belege bis zum 31.12.2032 aufzubewahren.

Ausfüllanleitung

Bitte kreuzen Sie auf Seite 2 oben an, dass der Antrag für eine Selbsthilfegruppe (SHG) gestellt wird.

Angaben zur Selbsthilfegruppe

Notieren Sie die Angaben zu Ihrer Selbsthilfegruppe (korrekter vollständiger Titel) und die entsprechenden Ansprechpartner/-innen.

1. Ansprechpartner/-in der SHG

Hier werden die Kontaktdaten des 1. Ansprechpartners/der 1. Ansprechpartnerin der Selbsthilfegruppe benannt. Diese Post- und E-Mailadresse wird für alle Anschreiben an die Gruppe genutzt.

Bitte beachten Sie, ob die Post an eine private Adresse (ohne Angabe des Namens der Selbsthilfegruppe) oder eine Einrichtung (z. B. Verein, Organisation, Kontaktstelle o. ä.) gehen soll.

2. Ansprechpartner/-in der SHG
Hier besteht die Möglichkeit, eine/-n zweite/-n Ansprechpartner/-in zu benennen, falls der/die 1. Ansprechpartner/-in nicht erreichbar ist.

Bankverbindung

Bitte benennen Sie hier eine/-n Ansprechpartner/-in, falls Rückfragen zum Konto und zum Bankgeschäft bestehen.

Die Selbsthilfegruppe benennt ein **nur für die Zwecke der Selbsthilfe gesondertes Konto**. Für dieses Konto sollen möglichst zwei Vertreter/-innen der Gruppe unterschriftsberechtigt sein.

Für **selbständige Selbsthilfegruppen** (nicht verbandlich organisiert) besteht die Möglichkeit, ein Girokonto, das Unterkonto eines Girokontos oder ein von einem Treuhänder eingerichtetes Konto für die Bankgeschäfte der SHG zu nutzen. Ein Konto, das gemeinsam für private Zwecke und Zwecke der Selbsthilfe verwendet wird, ist ausgeschlossen.

Unselbständige Selbsthilfegruppen (Untergliederungen von rechtsfähigen Bundes- oder Landesverbänden) benennen ein buchhalterisches (Unter-)Konto des Gesamtvereins, dem sie angegliedert sind.

Es ist sicherzustellen, dass die Fördermittel ausschließlich für die Zwecke der Selbsthilfegruppe verwendet werden.

Krankheitsbild

Das Vorliegen einer chronischen Erkrankung oder Behinderung laut Krankheitsverzeichnis ist eine Fördervoraussetzung.

Tragen Sie das Krankheitsbild entsprechend der Hauptdiagnose ein, mit dem sich die Gruppe befasst (siehe Krankheitsverzeichnis im Leitfaden zur Selbsthilfeförderung).

Diagnoseübergreifende Zusammenschlüsse in SHG sind nicht förderfähig.

Liegt keine Diagnose laut Krankheitsverzeichnis vor, besteht ebenfalls keine Förderfähigkeit.

Geben Sie bitte an, wenn es sich um eine seltene Erkrankung handelt.

Angaben zu den Einrichtungsdetails

Geben Sie hier den Einzugsbereich Ihrer SHG an.

Die Anzahl von Mitarbeitenden ist für SHG nicht relevant. Diese Fragen müssen nicht ausgefüllt werden.

Ihre Gruppe ist nur förderfähig, wenn es regelmäßige Treffen **zum Erfahrungsaustausch** (unabhängig von einer sportlichen Betätigung, wie z. B. Funktionstraining und Rehasport) gibt.

Auch digitale Angebote/Anwendungen können zum Erfahrungsaustausch genutzt werden. Unter digitalen Anwendungen sind Computerprogramme oder Apps zu verstehen, die bestimmte Dienste ermöglichen (z. B. Videokonferenzen). Dabei sind die Datenschutzbestimmungen zu beachten.

Geben Sie Tag und Uhrzeit sowie den Ort des Treffens der SHG an.

In Selbsthilfegruppen finden sich Betroffene zum Austausch zusammen. Sie profitiert von der Betroffenenkompetenz der Teilnehmer. Deshalb soll die Gruppe auch von Betroffenen oder Angehörigen von Betroffenen angeleitet werden.

Damit interessierte Betroffene mit Ihnen Kontakt aufnehmen können, soll die SHG bei einer Kontaktstelle in Ihrem Landkreis/Ihrer kreisfreien Stadt gemeldet sein.

Ggf. ist die SHG auch noch Mitglied in einem Verein/Verband/Organisation oder Wohlfahrtsverband. Dies ist hier einzutragen.

Mitglieder

Tragen Sie die durchschnittliche Anzahl der Teilnehmenden Ihrer Gruppe ein.

Die Gruppe muss offen sein für die Aufnahme neuer Teilnehmender.

Tragen Sie ein, wenn Ihre SHG einen Mitgliedsbeitrag erhebt.

Medien

Geben Sie hier an, wie die SHG öffentlich bekannt gemacht wird.

Angaben zur beantragten Projektförderung

Geben Sie Ihrem Projekt einen konkreten, möglichst kurzgefassten Titel.

Welche Erfolge versprechen Sie sich, wenn die Ziele des Projektes erreicht wurden?

Wen konkret wollen Sie mit dem Projekt ansprechen?

Beschreiben Sie in kurzen Stichpunkten, wie Sie das Projekt aufbauen, durchführen und umsetzen. Wenn Sie ein ausführliches Konzept haben, können Sie dieses dem Antrag als Anhang beifügen.

Gibt es evtl. weitere Beteiligte und Kooperationspartner? Diese hier bitte benennen.

Schätzen Sie, wie viele Teilnehmende zu erwarten sind.

Wann startet Ihr Projekt konkret bzw. wann ist der Start geplant.

Geben Sie an, wie lange das Projekt läuft (z. B. 1 Tag, 3 Monate, 1 Jahr).

Beschreiben Sie in kurzen Stichpunkten, welche Ziele das Projekt hat und wie diese Ziele nach Beendigung des Projektes nachhaltig in Ihrer SHG verstetigt werden.

Die AOK PLUS hat Förderschwerpunkte festgelegt. Ordnen Sie Ihr Projekt bitte nur einem Förderschwerpunkt zu.

Bitte erstellen Sie eine kurze Dokumentation/Bericht zum Ende des Projektes.

Finanzierung des Projektes

Die Projektförderung wird vorrangig als Fehlbedarf (Fehlbedarfsfinanzierung)[2] gewährt.

Bitte geben Sie hier unter Beachtung der **Wirtschaftlichkeit und Sparsamkeit** alle geplanten Ausgaben (Gesamtausgaben) für das Projekt an.

Der Einsatz der Eigenmittel beträgt in der Regel mind. 10% der Gesamtausgaben. Eigenmittel sind auch alle nicht förderfähigen Ausgaben, wie z. B. Verpflegung.

[2] Die Förderung schließt die Lücke zwischen den anerkannten förderfähigen Ausgaben einerseits und den Eigenmitteln und sonstigen Einnahmen der Antragstellenden für das Projekt andererseits. Hierfür wird ein Höchstbetrag festgelegt. Einsparungen oder Mehreinnahmen führen grundsätzlich zu einer entsprechenden Rückzahlung der Fördermittel oder können ggf. angerechnet werden.

Die Fördermittel werden im Rahmen der krankenkassenindividuellen Projektförderung grundsätzlich als Teilfinanzierung gewährt. Eine Vollfinanzierung ist nur im Ausnahmefall möglich, wenn Antragstellende nicht über eigene Mittel verfügen und der Förderzweck ansonsten nicht erreicht werden kann.[3]

Weitere Einnahmen von Krankenkassen/-verbänden oder anderen Förderern sind anzugeben.

Gern können Sie dem Antrag ein Finanzierungskonzept oder Kostenvoranschläge beifügen.

Für förderfähige Veranstaltungen mit Bezug zum Krankheitsbild sind die Fahrt- und Übernachtungskosten sowie die Teilnahme- und Parkgebühren (bis max. 10 €/Tag) förderfähig. Legen Sie bitte den Veranstaltungshinweis mit den Kosten und/oder Kostenvoranschläge (z. B. zu Fahrt- und Hotelkosten) bei.

Förderfähig sind entsprechend der Sächsischen Reisekostenverordnung die Kosten für öffentliche Verkehrsmittel der 2. Klasse. Es erfolgt eine Bezuschussung von Deutschland Tickets und Bahncards ab dem Jahr 2026 von 10% für die Gruppenleitung und Stellvertretung bzw. die/den Finanzverantwortliche/n. Alternativ werden die Fahrten mit einem privaten Kraftfahrzeug mit **0,35 €** pro Kilometer bezuschusst. Bitte bilden Sie Fahrgemeinschaften.

Für Übernachtungskosten werden max. **100,00 €** für eine Übernachtung pro Person angerechnet. Hinweis: Die **Übernahme von Bewirtungs- und Verpflegungskosten ist ausgeschlossen**.

Plant die SHG selbst eine gesundheitsbezogene Veranstaltung/Aktivität (z. B. Vortrag), können Raummiete, Technik, Honorare bzw. Referentenkosten sowie Reisekosten für die Referenten abgerechnet werden. Wird kein Honorar verlangt, kann ein Präsent bis max. 25 € bezuschusst werden.

Der beantragte Zuschuss berechnet sich aus den Gesamtausgaben minus Eigenbeteiligung minus weitere Einnahmen.

Bitte geben Sie noch an, ob im Förderzeitraum ein Antrag auf Pauschalförderung gestellt wurde. Eine Vermischung von Pauschal- und Projektförderung ist nicht zulässig.

Abschließende Erklärung zum Antrag und zur Datenverwendung

Mit den zwei Unterschriften der Vertretungsberechtigten bestätigen Sie die Richtigkeit der Angaben und die Verwendung der beantragten Fördermittel ausschließlich für die Selbsthilfearbeit. Die zwei Vertretungsberechtigten sollten keine Partner sein, die in häuslicher Gemeinschaft leben.

Bitte schicken Sie **alle 7 Seiten** des Antrages (inkl. Deckblatt) **im Original** an die auf dem Deckblatt benannte Adresse und behalten eine Kopie bei sich.

Der Umwelt zuliebe drucken Sie den Antrag inkl. Deckblatt möglichst doppelseitig aus und verzichten auf Folien.

[3] Vollfinanzierung: Es werden alle anerkannten Projektausgaben finanziert, ein festgelegter Höchstbetrag darf von den Antragstellenden nicht überschritten werden. Werden beim Projekt Einsparungen oder höhere Einnahmen als vorher absehbar erzielt, dann sind die Fördermittel grundsätzlich zurückzuzahlen