



## – AUSFÜLLHILFE –

### **Antrag auf krankenkassenindividuelle Selbsthilfeförderung gemäß § 20h SGB V für regionale Selbsthilfegruppen durch die BAHN-BKK**

Liebe Antragstellerinnen und Antragsteller,

wir freuen uns, dass sich Ihre Selbsthilfegruppe dazu entschieden hat, einen Antrag auf krankenkassenindividuelle Selbsthilfeförderung („Projektförderung“) bei uns zu stellen. Gerne möchten wir Sie unterstützen. Unsere Ausfüllhilfe erklärt Ihnen hierzu die wichtigsten Schritte des Antragformulars.

Sie haben weitere Fragen? Dann schauen Sie doch einmal auf unserer Webseite unter <https://www.bahn-bkk.de/selbsthilfe>

Hier haben wir die wichtigsten Voraussetzungen für eine krankenkassenindividuelle Selbsthilfeförderung für Sie zusammengestellt. Weiterführende Informationen finden Sie auch auf der Homepage der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung der Selbsthilfe:

<https://www.nakos.de/informationen/foerderung/krankenkassen/>

#### **Das Antragsformular**

##### **Angaben zur Selbsthilfegruppe:**

Bitte tragen Sie hier alle relevanten Daten zu Ihrer Selbsthilfegruppe ein. Besonders wichtig: Eine Selbsthilfegruppe kann nur dann Fördermittel beantragen, wenn ihr mindestens 6 Mitglieder angehören. Geben Sie daher unbedingt immer die Anzahl der aktiven Mitglieder Ihrer Selbsthilfegruppe an!

##### **Kontaktdaten, wenn abweichend von den oben genannten Angaben:**

Sie und ein anderes Mitglied möchten offizielle bzw. offizieller Ansprechpartnerin bzw. Ansprechpartner in Ihrer Selbsthilfegruppe sein? Hier haben Sie die Möglichkeit, einen konkreten Namen einzutragen.

**Bankverbindung:**

Bitte tragen Sie hier die Bankverbindung des Kontos Ihrer Selbsthilfegruppe ein.

Sofern Ihre Selbsthilfegruppe nicht über ein eigenständiges Konto oder ein Unterkonto über einen Landes- oder Bundesverband verfügt, stellen Sie bitte sicher, dass die Fördergelder entweder

- auf einem Unterkonto eines Girokontos,
- einem Sparkonto oder
- einem von Ihrem Treuhänder eingerichteten Konto

eingehen.

Bitte beachten Sie: Diejenige Person, die das entsprechende Konto verwaltet bzw. der das Konto gehört, hat die offizielle Pflicht sicherzustellen, dass die Fördermittel auch tatsächlich für das im Antrag angegebene Projekt verausgabt werden. Kann die Person die zweckgebundene Verwendung der Fördermittel nicht nachweisen, ist die BAHN-BKK verpflichtet, die Mittel in voller Höhe zurückfordern. Deshalb ist es besonders wichtig, die Ausgabe der Fördermittel durch Belege zu dokumentieren. Diese fügen Sie in Kopie dem Verwendungsnachweis bei, den Sie nach Ablauf des Projektes, spätestens aber bis zum 31. März des Folgejahres bei uns einreichen müssen.

**Angaben zur Selbsthilfegruppe:**

Machen Sie möglichst präzise Angaben zu Struktur und Angeboten Ihrer Selbsthilfegruppe. Besonders relevant sind hier folgende Punkte:

Mit welchem Krankheitsbild befasst sich die Gruppe?

- Bei der Selbsthilfeförderung sind nur gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppen förderfähig. Hierzu hat der Spitzenverband der gesetzlichen Krankenkassen auf Bundesebene ein Krankheitsverzeichnis angelegt. Dieses finden Sie hier: [https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung\\_1/praevention\\_selbsthilfe\\_beratung/selbsthilfe/Leitfaden\\_Selbsthilfeforderung\\_2025\\_P240200\\_barrierefrei.pdf](https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention_selbsthilfe_beratung/selbsthilfe/Leitfaden_Selbsthilfeforderung_2025_P240200_barrierefrei.pdf)
- Einige gesetzliche Krankenkassen haben zudem einen Förderschwerpunkt bestimmter Erkrankungen – das trifft auf die BAHN-BKK nicht zu. Wir fördern alle Krankheitsbilder aus dem offiziellen Krankheitsverzeichnis!

Seit wann besteht die Selbsthilfegruppe?

- Sie müssen die Gründung Ihrer Selbsthilfegruppe nachweisen, z.B. in Form eines Protokolls des Gründungstreffens, durch die Vereinssatzung (sofern die Gruppe den Status eines Vereins hat) oder auch durch Presseartikel etc.

Wann trifft sich die Selbsthilfegruppe und wie häufig?

- Um förderfähig zu sein, muss sich Ihre Gruppe regelmäßig und kontinuierlich treffen und für Mitglieder und Interessenten gut erreichbar sein.

**Angaben zum geplanten Vorhaben:**

Unter diesem Punkt stellen Sie das Projekt vor, das Sie bzw. Ihre Selbsthilfegruppe für das Bezugsjahr geplant hat. Sollte der Platz im Antragsformular nicht ausreichen, fügen Sie dem Antrag gerne eine Projektskizze auf einem Beiblatt bei. Je detaillierter und transparenter Sie die verfolgten Projektziele, -inhalte und -abläufe beschreiben, desto leichter können wir Ihr Projekt bewerten. Fragen Sie sich hierbei immer, was Sie bzw. Ihre Selbsthilfegruppe mit dem Projekt eigentlich erreichen möchten (z.B. Förderung der Bewältigungskompetenz) und mit welchen Maßnahmen Sie die Ziele verfolgen (z.B. Einladung externer Referent/innen).

### **Finanzierung des Projektes:**

Als Fördermittelempfänger sind Sie verpflichtet, alle Einnahmen, die mit dem Projekt zusammenhängen (z.B. Spenden, Eintrittsgelder etc.), sowie einen Eigenanteil (z.B. aus Mitgliedsbeiträgen, Rücklagen) als Deckungsmittel für die Projektkosten einzusetzen. Denn: Grundsätzlich ist eine 100%-Förderung von Projekten durch die gesetzlichen Krankenkassen nur in absoluten Ausnahmefällen möglich.

Daher legen Sie in einem ersten Schritt die Gesamtkosten des Projektes dar. Nutzen Sie hierfür auch unseren „Vordruck Finanzierungsplan“ aus dem Downloadbereich auf unserer Webseite.

Nun geben Sie an, welche Rücklagen Ihre Selbsthilfegruppe gebildet hat. Bitte denken Sie daran: Rücklagen müssen auch zur Finanzierung eines Projektes herangezogen werden! Das gilt auch für Einnahmen, die Sie im Rahmen des Projektes erzielen, ebenso für finanzielle Zuwendungen anderer Institutionen für das Projekt, die Sie nachfolgend eintragen.

Wenn Sie alle finanziellen Mittel, die Ihre Selbsthilfegruppe zur Finanzierung des Projektes einsetzen kann, von der Projektgesamtsumme abgezogen haben, tragen Sie in das Feld ganz unten die Summe des Zuschusses ein, den Sie bei uns zur Finanzierung Ihres Projektes beantragen möchten. Hinweis: Da wir als gesetzliche Krankenkasse keine Vollfinanzierung anbieten dürfen, sollten Sie darauf achten, dass Sie mindestens 10 % der Gesamtsumme des Projektes durch Eigenmittel, Rücklagen oder Zuwendungen anderer Institutionen decken können. Zudem sind Verpflegungskosten grundsätzlich nicht förderfähig!

Zusätzlich haben Sie noch die Möglichkeit, Ihr Projekt durch mehrere gesetzliche Krankenkassen fördern zu lassen. Sofern Sie dies beabsichtigen, **müssen** Sie auf Seite 5 des Antrages die entsprechenden Fördersummen eintragen, die Sie bei den anderen GKVen für das gleiche Projekt beantragt haben. Die gesetzlichen Krankenkassen behalten sich vor, dies im Einzelfall zu überprüfen.

**Bitte achten Sie insbesondere noch einmal auf die Pflichten zum Umgang mit den ausgezahlten Fördermitteln sowie zur Nachweispflicht am Ende des Projektantrags, denn mit Unterschrift des Dokumentes stimmen Sie diesen uneingeschränkt zu.**

**Jetzt fügen Sie nur noch den Finanzierungsplan sowie die unterschriebenen Neutralitäts- und Datenschutzerklärung an den Antrag, lassen diesen von zwei befugten Gruppenmitgliedern unterzeichnen und geben alles zusammen in die Post:**

BAHN-BKK  
Geschäftsfeld Netzwerk Gesundheit  
Selbsthilfe  
Franklinstr. 54  
60486 Frankfurt am Main

**Wir freuen uns auf Ihren Antrag!**

**Ihr Team der BAHN-BKK**