Selbsthilfezentrum Traunstein

Crailsheimstraße 6
83278 Traunstein

Telefon	0861 – 204 66 92
Fax	0861 – 204 66 94
E-Mail	kontakt@selbsthilfe-traunstein.de
	www.selbsthilfe-traunstein.de

Öffnungszeiten

im Selbsthilfezentrum Traunstein
Montag – Freitag: 08.30 – 12.30 Uhr
Dienstag: 16.30 – 19.30 Uhr
und nach Vereinbarung

im Mehrgenerationenhaus Traunreut
Kantstraße 8, nach Vereinbarung

Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort ... 1
2. Professionelle Hilfe zur Selbsthilfe im Selbsthilfezentrum Traunstein ... 1
2.1. Die Selbsthilfearbeit im Landkreis Traunstein ... 1
2.2. Ansprechpartnerinnen im Selbsthilfezentrum ... 2
3. Das Unterstützungsangebot des Selbsthilfezentrums ... 2
3.1. Beratung von Hilfesuchenden ... 2
3.2. Gruppengründungen ... 2
3.3. Unterstützung bestehender Selbsthilfegruppen ... 4
3.4. Vernetzung bestehender Selbsthilfegruppen ... 4
3.5. Gruppenarbeit/Gruppenkontakte im Besonderen ... 5
4. Öffentlichkeitsarbeit ... 7
4.1. Infostand Maxplatz Traunstein ... 7
4.2. Presse ... 7
4.3. Ausstellung „Augenblicke der Selbsthilfe“ ... 8
5. Zusammenarbeit mit den Netzwerkpartnern/Kooperationspartnern ... 8
5.1. Netzwerk Asyl ... 8
5.2. Vernetzungstreffen Mehrgenerationenhaus Traunreut ... 8
5.3. Behindertenbeauftragter im Landkreis Traunstein ... 8
5.4. AWO Kreiskonferenz ... 8
6. Fortbildungs- und Weiterbildungsveranstaltungen ... 9
6.1. Klausurtag im Klostergut Harpfetsham ... 9
6.2. Workshop „Selbsthilfefreundlichkeit – anstoßen, begleiten, gestalten-“ ... 9
6.3. Fortbildung „Entspannung und Bewegung“ ... 9
6.4. Fortbildung „Rhetorik“ ... 9
6.5. Supervision ... 10
7. Landkreisübergreifende Netzwerkarbeit, Vernetzung auf Selbsthilfeebene ... 10
7.1. Mitgliederversammlungen Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V. ... 10
7.2. Erster Bayerischer Selbsthilfefachtag „Selbsthilfe stärken“ ... 10
7.3. Regionaltreffen der Selbsthilfekontaktstellen ... 10
8. „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ ... 11
9. Projekte ... 11
9.1. Landkreisübergreifendes Projekt im Haus der Berge in Berchtesgadener Land ... 11
9.2. Selbsthilfetag „Selbsthilfe als Teil im Gesundheitswesen“ im Klinikum Traunstein ... 13
10. Geschäftsstelle Runder Tisch SüdOstOberbayern ... 15
10.1. Die Förderung der Selbsthilfe durch die gesetzlichen Krankenkassen in Bayern ... 15
10.2. Abwicklung des Förderverfahrens ... 15
10.3. Koordination und Moderation der Vergabesitzung ... 17
10.4. Selbsthilfevertreter am Runden Tisch SüdOstOberbayern ... 18
10.5. Verlegung der Geschäftsstelle Runder Tisch SüdOstOberbayern nach Rosenheim ... 19
11. Kooperationspartner ... 19
12. Statistische Darstellung der Aktivitäten 2016 ... 20
12.1. Aktivitäten des Selbsthilfezentrums ... 20
12.2. Aktivitäten der Geschäftsstelle Runder Tisch SüdOstOberbayern ... 23
13. Pressespiegel ... 27

1. Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

gerne möchten wir Sie mit diesem Jahresbericht persönlich auf die Höhepunkte unserer Arbeit im Jahr 2016 aufmerksam machen.

Dazu zählt das landkreisübergreifende Projekt mit einem Besuch im Haus der Berge in Berchtesgaden und einer auch dort stattfindenden Fortbildung zum Thema Öffentlichkeitsarbeit. Dieses Projekt ist ausschließlich für die Selbsthilfegruppen in den Landkreisen Mühldorf/Altötting, Berchtesgaden, Traunstein und Rosenheim angeboten worden. Der Austausch untereinander, die Wissensvermittlung und die Freude an einer gemeinsamen Unternehmung standen im Vordergrund.

Ein weiterer Höhepunkt war der Selbsthilfetag im Klinikum Traunstein unter dem Motto „Selbsthilfe als Teil des Gesundheitswesens“. In Zusammenarbeit mit den Selbsthilfegruppen aus dem gesamten Landkreis gab es eine große Veranstaltung mit Infotischen und Vorträgen. Hierzu wurde die breite Öffentlichkeit eingeladen um sich über Selbsthilfe im Allgemeinen, über die Selbsthilfegruppen im Landkreis zu informieren, wie auch verschiedene Kooperationsmöglichkeiten der Selbsthilfe mit unterschiedlichen Kliniken kennenzulernen.

Wir, als Team des Selbsthilfezentrums, möchten Sie gerne einladen, mit dem Lesen dieses Jahresberichtes, in die Selbsthilfearbeit im Landkreis Traunstein tiefer einzutauchen und den eigenen Blick für die Selbsthilfe zu öffnen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Ihr Team vom Selbsthilfezentrum Traunstein

2. Professionelle Hilfe zur Selbsthilfe im Selbsthilfezentrum Traunstein

2.1. Die Selbsthilfearbeit im Landkreis Traunstein

Das Selbsthilfezentrum Traunstein ist Ansprechpartner für alle Einzelpersonen, Gruppen und professionellen Helfer des Landkreises Traunstein, die Möglichkeiten der Selbsthilfe suchen. In der Trägerschaft des AWO Kreisverbandes Traunstein e.V. unterstützt es die Selbsthilfebewegung im Landkreis. Das Selbsthilfezentrum wirkt auf verschiedenen Ebenen, um sowohl bestehendes Selbsthilfe-Potential zu bewahren und zu stärken als auch neue Ressourcen zu erschließen und darauf aufzubauen. Die täglichen Öffnungszeiten in der Traunsteiner Kontaktstelle, inklusive der Abendsprechstunde und der monatlichen Außensprechstunde im Mehrgenerationenhaus in Traunreut, der einwohnerstärksten Stadt des Landkreises, gewährleisten für Interessierte die optimale Erreichbarkeit zu Fragen der Selbsthilfeunterstützung.
Das Selbsthilfezentrum Traunstein war im Jahr 2016 zudem Ansprechpartner für alle Selbsthilfegruppen der Region Südostoberbayern, die Fördermittel nach § 20 h SGB V, beantragen. Dies umfasst die Antragsberatung für alle Selbsthilfegruppen der Region Südostoberbayern (Landkreis: Altötting/Mühldorf, Berchtesgadener Land, Rosenheim, Traunstein), die gesundheitsbezogene Selbsthilfe leisten und die Koordination der Vergabe der Fördermittel der Krankenkassenverbände.

Derzeit gibt es rund 95 Selbsthilfegruppen im Landkreis, einige davon werden teilweise professionell angeleitet. Mehr als die Hälfte der Selbsthilfegruppen gehören zu dem Bereich chronischer Erkrankungen. Ein weiterer großer Anteil der Gruppen ist den Bereichen der psychischen Gesundheit, der Sucht und Behinderung zuzuordnen. Außerdem gibt es Selbsthilfegruppen mit gesellschaftlichen oder sozialen Anliegen und der Thematik Pflege.

Alle Selbsthilfegruppen bieten von Krankheit betroffenen Menschen Unterstützung und Hilfe in einer schwierigen Lebenssituation. Sie bieten Menschen in Krisen, Zeit zu Gesprächen, die in Praxen und stationären Einrichtungen des Gesundheitswesens knapp geworden ist. Wo Gleichbetroffene sich zusammenschließen, entsteht ein Gemeinschaftsgefühl, geprägt von gegenseitigem Verständnis und Vertrauen. Oft erleben Betroffene hier erstmals, dass sie mit ihrer Situation nicht alleine sind. Im gegenseitigen Austausch von Informationen und auch von Gefühlen, Ängsten aber auch Hoffnungen und positiven Erfahrungen können verschiedene Lösungsansätze entdeckt und entwickelt werden. Selbstheilungskräfte werden geweckt und gestärkt.

Diese Bedeutsamkeit der Selbsthilfe für den Einzelnen wie auch für das Gesundheitswesen erkennen die Krankenkassenverbände durch ihre finanzielle Unterstützung der Selbsthilfekontaktstellen und der Selbsthilfegruppen an: Vielen herzlichen Dank hierfür! Eine großzügige Unterstützung erfährt das Selbsthilfezentrum auch vom Landkreis Traunstein. Wir bedanken uns herzlich, auch im Namen aller Selbsthilfeaktiven des Landkreises.

2.2. Ansprechpartnerinnen im Selbsthilfezentrum

Für alle Bereiche der Selbsthilfeunterstützung im Landkreis und für die Selbsthilfeförderung nach § 20 h SGB V am Runden Tisch SüdOstOberbayern standen vier professionelle Selbsthilfeunterstützerinnen zur Verfügung.

Zum 1. Mai 2016 gab es personelle Veränderungen im Selbsthilfezentrum Traunstein, Natascha Wolf, staatlich anerkannte Sozialpädagogin, wechselte komplett in die Ehrenamtskoordinierungsstelle des AWO Kreisverbandes Traunstein e.V., dafür wechselte Karin Klein von der Geschäftsstelle des AWO Kreisverbandes Traunstein e.V. mit ganzen 22 Wochenstunden in die Verwaltung des Selbsthilfezentrums Traunstein.

Das Selbsthilfezentrum ist Ansprechpartner für alle Menschen, die Hilfe zur Selbsthilfe suchen. Im Jahr 2016 hatte das Selbsthilfezentrum 8.773 Gesamtanfragen, davon 7.339 im Bereich des Selbsthilfezentrums und 1.434 im Bereich Runder Tisch SüdOstOberbayern. 12.700 mal wurde auf die Homepage des Selbsthilfezentrum Traunsteins zugegriffen.

3. Das Unterstützungsangebot des Selbsthilfezentrums

3.1. Beratung von Hilfesuchenden

- In meist telefonischen und persönlichen Beratungsgesprächen informieren und beraten die Mitarbeiter Betroffene über die Möglichkeiten der Selbsthilfe im Landkreis. Zunehmend wird hier auch die Möglichkeit der Kontaktaufnahme und Online-Beratung via E-Mail genutzt.
- Kontakt zu bestehenden Selbsthilfegruppen wird hergestellt und zum Gruppenbesuch motiviert.
- Gibt es zu einer Thematik noch keine Gruppe, unterstützt das Selbsthilfezentrum bei der Gruppengründung. Unter Punkt 3.2. wird das Verfahren zur Gruppengründung genauer erläutert.
- In sehr akuten Lebenssituationen wird an andere Einrichtungen verwiesen, die zusätzliche Unterstützung leisten, wie z. B. Beratungsstellen, Kinderschutzbund, Bürgerhilfestelle.

3.2. Gruppengründungen

Gibt es zu einer Anfrage eines von Krankheit Betroffenen oder anderweitig an Selbsthilfegruppengründung interessierten Bürger noch keine Selbsthilfegruppe im Landkreis, werden Gruppengründungen von den Mitarbeiterinnen der Selbsthilfekontaktstelle tatkräftig unterstützt.

Mit dem folgenden Verfahren werden die Gruppengründungsgesuche aufgenommen und weiter begleitet:

Persönliches Treffen

- Die/der Betroffene wird persönlich eingeladen
- Das Selbsthilfezentrum mit seinen Mitarbeiterinnen wird vorgestellt
- Das Prozedere der Gruppengründung wird erklärt
- Klärungsgespräch: „Welche Themen/Inhalte stehen im Focus“
- Klären, wo kann Öffentlichkeitsarbeit stattfinden
- Die Angaben für die Datenbank werden aufgenommen z.B. Name, Telefonnummer

Weitere Aufgaben des Selbsthilfezentrums bei der Gruppengründung

- Aufnahme des Gesuchs in die Zeitungsrubrik und Homepage
- Organisieren eines Anschubartikels für die Zeitungen in Zusammenarbeit mit dem Betroffenen
- Handouts, zur Verteilung an Ärzte, Apotheken usw. werden erstellt, verschickt und verteilt
- Gelegentlich wird eine thematische Infoveranstaltung organisiert
- Bei einer genügenden Anzahl von Betroffenen, wird zum Gründungstreffen durch das Selbsthilfezentrum eingeladen
- Die ersten Treffen werden von einer Mitarbeiterin des Selbsthilfezentrums begleitet

Im Jahr 2016 begleitete das Selbsthilfezentrum einige Gruppengründungsgesuche:

- **im Gesundheitsbereich zu den Themen:** „Von Diabetes Typ I Betroffene – Erwachsene, Jugendliche und Angehörige“, „Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen wollen ihre Freizeit gemeinsam gestalten“, „Borreliose und Angehörige“, „Fibromyalgie“
- **im Bereich Eltern und Kind zu den Themen:** „Selbsthilfegruppe für drogen- und alkoholgefährdetet Jugendliche und ihre Eltern“
- **im Bereich Behinderung**: „Freizeittreff für Jugendliche mit Asperger Syndrom“
- **im Bereich Gesellschaft/Soziales:** „Hartz IV“
- **im Bereich seelische Gesundheit:** „Wunschkind - unerfüllter Kinderwunsch“

Zu dem Thema „Wunschkind – unerfüllter Kinderwunsch“ konnte noch im Jahr 2016 ein Gruppe gegründet werden. Dies war schon der zweite Versuch innerhalb von zwei Jahren, aufgrund eines persönlichen Zeitungsartikels der Ansprechpartnerin haben sich diesmal ausreichend weitere Betroffene gefunden. Außerdem wurde gemeinsam mit der Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae in Traunstein ein kleiner Vortrag mit dem Thema „Ungewollt kinderlose Paare sind Paare wie andere auch…und doch sind sie anders“ zum Auftakt der Gruppengründung initiiert.

Außerdem gab es eine Gruppengründung mit dem Thema Fibromyalgie, die Initiatorin stellte sich auch für einen Zeitungsartikel zur Verfügung. Daraufhin meldeten sich einige Betroffene und es konnte zügig eine Gruppe gegründet werden.

Die Gruppe „Lupus Erythematodes“ hat nach einer langen Pause wieder neu gestartet, wie auch die Selbsthilfegruppe „Burnout“.

Die Gruppen „Angehörige Demenzkranker Grassau“ und „Angehörige Demenzkranker Kirchanschöring“ haben sich selbständig gegründet und stehen seit 2016 auch im Kontakt mit dem Selbsthilfezentrum Traunstein.

Eine begleitete Gruppe mit dem Thema „Offener Treff für Menschen mit erworbenen Hirnverletzungen und ihre Angehörigen“ ist durch die Kooperation mit der Stiftung Ecksberg, Netzwerk 18 – Beratungstelle für Menschen mit erworbenen Hirnverletzungen entstanden.

3.3. Unterstützung bestehender Selbsthilfegruppen

Das Selbsthilfezentrum unterstützt bestehende Selbsthilfegruppen durch

- individuelle Begleitung bei Schwierigkeiten
- Unterstützung bei der Gestaltung themenzentrierter Gruppentreffen
- organisieren regelmäßiger Gesamttreffen, um die Selbsthilfegruppen miteinander in Kontakt zu bringen und das „Wir-Gefühl“ der Selbsthilfebewegung zu stärken
- Öffentlichkeitsarbeit für die Gruppen und wöchentliche Veröffentlichung der Gruppentermine in der regionalen Presse. Die Termine werden auch im Internet auf der Homepage des Selbsthilfezentrums unter www.selbsthilfe-traunstein.de veröffentlicht
- inhaltliche Fortbildungsangebote in Form von Workshops zur Gruppenarbeit und zu Selbsthilfethemen
- ein Beratungsangebot mit der Methode „Kollegiale Beratung“ des Selbsthilfezentrums für bestehende Selbsthilfegruppen
- das Angebot einer monatlichen Sprechstunde im Mehrgenerationenhaus Traunreut

Ansprechpartner aus vier verschiedenen Selbsthilfegruppen aus den Bereichen der chronischen Erkrankungen, der Behinderungen und der seelischen Gesundheit suchten eine individuelle Begleitung durch eine Mitarbeiterin des Selbsthilfezentrums Traunstein. Themen dabei waren Konflikte der Ansprechpartner untereinander, die geringe Teilnehmerzahl einer Selbsthilfegruppe und das Verhältnis zweier Selbsthilfegruppen mit den gleichen Themen zueinander. Für die Unterstützung dieser Gruppen benötigte es meistens zwei persönliche Termine um eine Klärung zu ermöglichen.

3.4. Vernetzung bestehender Selbsthilfegruppen

Gesamttreffen am 16. März 2016

Das erste Treffen im Frühjahr fand wie immer im Kasino des Landratsamtes Traunstein statt und wurde gerne von den Selbsthilfeaktiven wahrgenommen. Die Gesamttreffen dienen vor allem dem Erfahrungsaustausch und dem Informationsaustausch zwischen dem Selbsthilfezentrum und den Selbsthilfeaktiven.

Als erstes wurden die geplanten Aktivitäten für das Jahr 2016 vorgestellt und besprochen. Nach diesem etwas theoretischen Teil gab es noch einen gemeinsamen Abschluss mit dem Thema „Gemeinsam ins Gespräch kommen“. Ziel war es, dass die teilweise sich fremden Teilnehmer aus den unterschiedlichsten Gruppen, miteinander ins Gespräch kommen. Mit Hilfe von Symbolen, wie Papiersternen, -schmetterlingen sollten sich die Einzelnen zu einem Gespräch zusammen finden. So bildeten sich 2er und 3er Gruppen in denen lebhaft über die Selbsthilfe diskutiert wurde. Diese Art von Austausch wurde von den Selbsthilfeaktiven als sehr bereichernd empfunden.

Gesamttreffen Frühjahr 2016

Das komplette Gesamttreffen wurde von zwei Gebärdendolmetschern begleitet. Die Gebärdendolmetscher wurden durch Spenden des Katholischen Deutschen Frauenbundes Traunstein und dem Lions Club Traunstein finanziert. Für diese Unterstützung bedankt sich ganz herzlich das Team des Selbsthilfezentrum Traunsteins.

Austausch, Gesamttreffen Frühjahr 2016

Gesamttreffen am 15. Dezember 2016

Das Gesamttreffen zum Jahresabschluss nutzten wir, um die vergangenen Monate Revue passieren zu lassen. Jeder Teilnehmer hatte die Möglichkeit eine kurze Rückmeldung über die gemeinsamen Veranstaltung des Jahres 2016 zu geben, wie z.B. über den Selbsthilfetag im Krankenhaus Traunstein. Anschließend wurden die Aktivitäten und Planungen des Selbsthilfezentrums für das Jahr 2017 besprochen. Ein ganz wichtiges Anliegen war es, den Selbsthilfeaktiven das Konzept „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ vorzustellen. Darüber wurde viel diskutiert, einige Selbsthilfeaktive waren sehr an dieser Art der Zusammenarbeit interessiert und gaben den Mitarbeiterinnen des Selbsthilfezentrums den Auftrag diese Kooperation mit dem Klinikum Traunstein weiter zu verfolgen. (Siehe Punkt 9.)

Gesamttreffen Winter 2016

3.5. Gruppenarbeit/Gruppenkontakte im Besonderen

Vortrag: Vorsorgevollmacht, Betreuung und Patientenverfügung

Vorsorgevollmacht, Betreuung und Patientenverfügung waren die Themen eines Vortrages unter dem Motto „Vorsorge statt Sorge“, der am Donnerstag, 14. April 2016 in der Aula des Bildungszentrums für Gesundheitsberufe in Traunstein mit Karl Schulz, Leiter der Betreuungsstelle im Landratsamt Traunstein, stattfand.

Durch eine Spende des Landrats Herrn Siegfried Walch konnten zwei Gebärdendolmetscherinnen engagiert werden. Das Selbsthilfezentrum nutzte diese Chance und hat die Veranstaltung für alle Gehörlosen/Hörgeschädigten des Landkreises geöffnet.

Über 60 Gäste haben die Veranstaltung besucht. Der Referent, Karl Schulz informierte sehr eindrücklich über das wichtige und schwierige Thema fast zwei Stunden lang. Sein Vortrag wurde mit zahlreichen Beispielen aus seiner täglichen Praxis bereichert.

Am Ende der Veranstaltung stand Karl Schulz noch für persönliche Fragen zur Verfügung.

Karl Schulz, Betreuungsstelle Traunstein

Zuhörer beim Vortrag

Kollegiale Beratung
Wie auch in den letzten Jahren wurden die Gruppensprecher in ihrer Selbsthilfearbeit durch die „Kollegiale Beratung“ vom Selbsthilfezentrum unterstützt. Drei Mal über das Jahr 2016 verteilt fand die „Kollegiale Beratung“ statt und wurde von den Ansprechpartnern sehr gut angenommen. Dieses Angebot ist eine offene Gruppe und findet somit jedes Mal in einer neuen Gruppenkonstellation statt. Folgende Themen wurden im Jahr 2016 aufgegriffen, „Wie finde ich in der Gruppe einen zweiten Ansprechpartner?“, „Wie kann ich die Teilnehmeranzahl in meiner Gruppe stabil halten?“ und „Welche Möglichkeiten gibt es neue Teilnehmer zu gewinnen?“.

Achtsamkeitsabend - Selbsthilfegruppe Tinnitus in Töging
Brigitte Ganzer bot für die Selbsthilfegruppe Tinnitus aus Töging im Landkreis Mühldorf, einen Gruppenabend mit dem Thema Achtsamkeit an. Ende August war es dann soweit.
Der Gedanke war, den Teilnehmern ein Stück „Achtsamkeit“ näher zu bringen. So wurde zu Beginn eine kurze theoretische Einführung in das Thema gegeben und anschließend wurden einzelne Aufgaben praktisch geübt. Achtsamkeit hilft mit den Herausforderungen und Schwierigkeiten des Lebens besser umzugehen und den Augenblick besser zu genießen. Achtsames Atmen ist eines der zentralen Elemente der Achtsamkeitspraxis, wie auch die Gehmeditation und ein Bodyscan. Zwischen den einzelnen Übungen fanden Gespräche über die eigenen Erfahrungen zum Thema „Achtsamkeit“ statt.
Die Gruppe war sehr aufmerksam und so wurde es für alle Beteiligten ein gelungener Gruppenabend.

25 Jahre Deutsche Rheuma Liga AG Traunstein

Monika Tikal, Deutsche Rheuma Liga e.V. AG Traunstein

Am Dienstag, 19. Juli 2016 feierte die Deutsche Rheuma Liga AG Traunstein ihr 25 jähriges Jubiläum. Mit einem gemeinsamen Abendessen beging die Deutsche Rheuma Liga AG Traunstein ihr Jubiläum. Die Mitarbeiterin Elisabeth Pflugbeil nahm an der Abendveranstaltung teil. Die Rheuma Liga AG Traunstein ist seit vielen Jahren ein fester und aktiver Bestandteil der Selbsthilfelandschaft im Landkreis Traunstein. Die Rheuma Liga bietet Funktionstraining, Beratung und einen offenen Rheumatreff an.

Fahrt in den Salzheilstollen im Salzbergwerk Berchtesgaden

Das Selbsthilfezentrum organisierte in Zusammenarbeit mit den Kontaktstellen Mühldorf/Altötting, Rosenheim und Berchtesgadener Land eine Schnuppereinfahrt in den Salzheilstollen des Salzbergwerks Berchtesgaden. Diese gemeinsame Unternehmung wurde sehr stark angefragt, so dass zwei verschiedene Einfahrten angeboten werden mussten. Die Selbsthilfeaktiven konnten vor allem die Ruhe und die besondere Luft im Salzheilstollen genießen.

4. Öffentlichkeitsarbeit

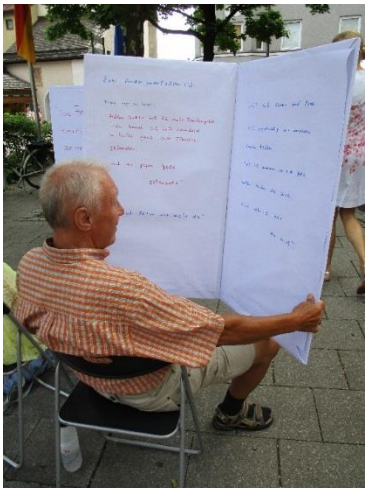
4.1. Infostand Maxplatz Traunstein

Am Samstag, den 9. Juli veranstaltete das Selbsthilfezentrum Traunstein mit vier Selbsthilfegruppen zusammen eine andere Art von Infostand am Maxplatz in der Stadtmitte von Traunstein.
Aufgrund der Fortbildung zum Thema Öffentlichkeitsarbeit bei dem landkreisübergreifenden Projekt in Berchtesgaden (siehe Punkt 10.1.) lud das Selbsthilfezentrum zu einer Arbeitsbesprechung „Infotisch“ ein.
Es wurde beschlossen überdimensional große Zeitung herzustellen, mit kurzen und knackigen Texten um die Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit auf sich zu ziehen. Gemeinsam wurden Pappkartons zugeschnitten mit weißen Papier beklebt und mit den Texten handschriftlich beschriftet. Gegenseitig wurde beraten, durch welche Inhalte die Menschen am meisten angesprochen werden.

Vorbereitungstreffen Infotisch

Am Samstagvormittag verteilten sich die einzelnen Gruppensprecher mit einem Stuhl und der Zeitung über den Maxplatz und „lasen“ Ihre Zeitung. Im Laufe des Vormittags wurden die Zeitungen von vielen Vorübergehenden angesehen und gelesen. Es sind auch einige Gespräche zwischen Interessierten und Gruppensprechern entstanden.

Die teilnehmenden Gruppen waren sehr zufrieden mit dieser Art von Infostand. Es gab mehr Gespräche mit Menschen als bei einem klassischen Infostand.



„Infotisch“ am Maxplatz in Traunstein

4.2. Presse

Das Selbsthilfezentrum stellt wöchentlich die Gruppentermine aktuell zusammen. Jeweils zum Wochenende werden diese dann zur Veröffentlichung an drei örtliche Zeitungen im gesamten Landkreis Traunstein weitergeleitet und abgedruckt. Dank dieser sehr guten Kooperation mit den Zeitungen kann

die Bevölkerung des Landkreises stets aktuell über Termine und Aktivitäten der Selbsthilfe informiert werden.
Alle Gruppen werden darüber hinaus bei Veröffentlichungen oder bei der Kooperation mit der Presse unterstützt.
Auf der Homepage des Selbsthilfezentrums www.selbsthilfe-traunstein.de sind ebenfalls alle aktuellen Termine und Themen, die Selbsthilfe betreffend, zu finden.
Eine Auswahl der Veröffentlichungen 2016 enthält der im Anhang folgende Pressespiegel.

4.3. Ausstellung „Augenblicke der Selbsthilfe“

Von Dezember 2015 bis September 2016 wurden die Fotos und Gedichte, der Ausstellung „Augenblicke der Selbsthilfe“ von dem Projekt aus dem Jahr 2015 in den Räumen des Notariats von Herrn Mehler und Dr. Vierling in Trostberg, ausgestellt. So waren die Exponate noch lange nach dem Ende des Projekts (Mai 2015) der Öffentlichkeit zugänglich.

5. Zusammenarbeit mit den Netzwerkpartnern/Kooperationspartnern

5.1. Netzwerk Asyl

Im Selbsthilfezentrum Traunstein wurde im Herbst 2015 die Ehrenamtskoordinierungsstelle für Flüchtlingshelfer eingerichtet. Diese Anlaufstelle bildet die Schnittstelle zwischen ehrenamtlichen Helfern, professionellen Einrichtungen und den Flüchtlingen. Anfang Mai wurde die Ehrenamtskoordinierungsstelle personell von 10 Wochenstunden auf 20 Wochenstunden erhöht und in die Räume des AWO Ortsverbandes Traunstein verlegt. Weiterhin bestehen die beiden Austauschtreffs für die ehrenamtlichen Flüchtlingshelfer und die ehrenamtlichen Deutschlehrer.

5.2. Vernetzungstreffen Mehrgenerationenhaus Traunreut

Einmal im Monat ist das Selbsthilfezentrum Traunstein im Mehrgenerationenhaus in Traunreut mit einer Außensprechstunde in einem Wechselbüro zu erreichen. Aufgrund von der Nutzung der Räume, des Mehrgenerationenhauses in Traunreut, wird das Selbsthilfezentrum zu den zweimal im Jahr stattfindenden Vernetzungstreffen eingeladen.
Bei diesen Netzwerktreffen ist es wichtig, den Kontakt zu den anderen Einrichtungen und ihren Mitarbeitern im nördlichen Traunstein zu pflegen. Auch Informationen über Veranstaltungen und Planungen der Stadt Traunreut werden an diesen Treffen weitergegeben.
Für das Selbsthilfezentrum Traunstein ist es wichtig auch im nördlichen Landkreis und in der größten Stadt des Landkreises Traunstein präsent zu sein.

5.3. Behindertenbeauftragter im Landkreis Traunstein

Am Donnerstag, den 16. Februar 2016 stellte Elisabeth Pflugbeil die Aufgaben des Selbsthilfezentrums dem neuen Behindertenbeauftragten des Landkreises Traunstein Herrn Hans Zott vor. In diesem konstruktiven Gespräch fand viel Aufklärungsarbeit über die jeweiligen Tätigkeitsfelder statt.

5.4. AWO Kreiskonferenz

Am Samstag, den 16. April 2016 fand die Kreiskonferenz des AWO Kreisverbandes Traunstein e.V. in Traunreut statt. Alle vier Jahre kommen die Mitglieder der AWO Ortsverbände zusammen und werden über die finanzielle Situation des Vereins, den Berichten der vergangenen Jahre und den Zukunftsplänen informiert. Außerdem wurde auch ein neuer Vorstand gewählt mit der neuen Vorsitzenden Elfi Dzial vom AWO Ortsverband Traunreut.

Alle Einrichtungen des AWO Kreisverbandes e.V., stellten anhand eines Vortrages, ihre Arbeit vor. Elisabeth Pflugbeil präsentierte das Selbsthilfezentrum Traunstein.

6. Fortbildungs- und Weiterbildungsveranstaltungen

6.1. Klausurtag im Klostergut Harpfetsham

Wie jedes Jahr, traf sich am Donnerstag, den 8. September 2016 das Team des Selbsthilfezentrums für einen ganzen Tag im Klostergut Harpfetsham für die Jahresplanung 2017. Abgesehen von der konkreten Planung von Infotischen, Fortbildungen für die Selbsthilfeaktiven, erste Planungen von Projekten, bietet der Aufenthalt auch immer die Möglichkeit bestimmte Themen genauer zu bearbeiten.

6.2. Workshop „Selbsthilfefreundlichkeit – anstoßen, begleiten, gestalten-“

Das Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen hatte zu einem Workshop mit dem Thema „Selbsthilfefreundlichkeit - anstoßen, begleiten, gestalten-„ von Donnerstag, den 3. bis Freitag, den 4. November 2016 nach Würzburg eingeladen. Brigitte Ganzer und Elisabeth Pflugbeil nahmen daran teil. Der Workshop zeigte die nachhaltige Kooperation zwischen Gesundheitseinrichtungen und Selbsthilfegruppen auf. Dieses Konzept wurde anhand von Workshops „Von der ersten Idee“ bis zum „Wiederholen der Auszeichnung“ vorgestellt. So wurde den Teilnehmern die praktischen Handlungsweisen genau erklärt. Sehr wichtig dabei war der Austausch mit Kollegen, die dieses Konzept schon durchgeführt haben und von ihren Erfahrungen berichteten. Abgerundet wurde die Veranstaltung mit einer sehr unterhaltsamen Nachtwächter Führung durch die Altstadt von Würzburg.

6.3. Fortbildung „Entspannung und Bewegung“

Seko Bayern (Selbsthilfekoordination Bayern) bietet jedes Jahr für Selbsthilfeaktive und Mitarbeiter von Selbsthilfekontaktstellen Fortbildungen an. So hat vom Sonntag, den 27. bis Dienstag, den 29. November 2016 die Mitarbeiterin Brigitte Ganzer an der Fortbildung „Entspannung und Bewegung“ teilgenommen. In den meisten Selbsthilfegruppen steht das Gespräch im Vordergrund. Doch macht es Sinn die Gestaltung des Gruppenlebens auch mit gesundheitsfördernden Anteilen zu bereichern. Beim Wochenendseminar wurden einfache Bewegungs- und Entspannungseinheiten vorgestellt und konnten gleich in der Praxis erprobt werden. Durch Selbsterfahrung und Praxisreflexion gab es neue Anregungen für die Gruppenarbeit, aber auch Möglichkeiten andere engagierte Selbsthilfeaktive aus Bayern kennenzulernen und sich auszutauschen.

6.4. Fortbildung „Rhetorik“

Von Freitag, den 2. bis Samstag, den 3. Dezember 2016 nahm Elisabeth Pflugbeil an einer Fortbildung mit dem Thema „Rhetorik“ von der VHS Traunstein teil. Es gab eine theoretische Einführung über die verschiedenen Formen einer Rede und die Klärung von Motivation des Redners und dem Zuhörer. Nach verschiedenen praktischen Übungen zu Körpersprache, Denkblockaden, Atemtechnik und unterschiedlichen Redestils wurden die Teilnehmer aufgefordert eine eigene 10minütige Präsentation vorzubereiten und zu halten.
Da im Rahmen der Arbeit im Selbsthilfezentrum es immer wieder vorkommt die eigene Arbeit und das Selbsthilfezentrum vorzustellen, war es sehr hilfreich sich intensiv mit Rhetorik theoretisch und praktisch auseinanderzusetzen.

6.5. Supervision

Auch im Jahr 2016 nahmen die Mitarbeiter des Selbsthilfezentrums an der Team- und Fallsupervision teil. In den drei Sitzungen gab es die Möglichkeit in einem geschützten Rahmen alle Themen bezüglich der Selbsthilfearbeit und des Selbsthilfezentrums zu besprechen. Die Arbeit der Mitarbeiter wird gemeinsam reflektiert und auf dieser Basis besteht die Möglichkeit die anfallenden Tätigkeiten inhaltlich und organisatorisch sinnvoll zu gestalten.

7. Landkreisübergreifende Netzwerkarbeit, Vernetzung auf Selbsthilfeebene

7.1. Mitgliederversammlungen Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V.

Auch im Jahr 2016 nahm die Leitung des Selbsthilfezentrums an den Mitgliederversammlungen der Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V. im Frühjahr in Stein bei Nürnberg und im Herbst direkt in Nürnberg teil. Diese zwei Termine im Jahr sind sehr bereichernd, da sich hier alle Selbsthilfekontaktstellen aus Bayern treffen. Es findet durch die Mitgliederversammlung ein Informationsfluss statt, der wichtige Inputs für die laufende Arbeit vor Ort gibt. Genauso wichtig ist aber auch der informelle Austausch mit den jeweiligen Kolleginnen. Hier gibt es durch Gespräche immer wieder neue Anregungen für die eigene Selbsthilfearbeit.

7.2. Erster Bayerischer Selbsthilfefachtag „Selbsthilfe stärken“

Der bayerische Selbsthilfefachtag fand erstmalig im Dezember 2016 statt und war für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Selbsthilfekontaktstellen, zum Informations- und Erfahrungsaustausch gedacht. Brigitte Ganzer und Elisabeth Pflugbeil nahmen an diesem Fachtag teil.
Die stellvertretende Geschäftsführerin von NAKOS Berlin hielt zu Beginn des Fachtages einen Fachvortrag „Selbsthilfe- und Selbsthilfeunterstützung in Deutschland: Struktur und Basiswissen – Ausblicke auf neue Projekte“. Nach dem Vortrag wurden vier Workshops mit den Themen:
„Oje, der schon wieder! Unterstützung und Beratung von schwierigen Dauerklienten“, „Dem Glück auf die Sprünge helfen-nach der Krise dem Glück einen Platz geben“, „Servus, Pfiat di und Ade: Abschiedskultur in der Selbsthilfe gelingend gestalten“ und „Dir wird ich helfen! - Meine innere Haltung in der Selbsthilfeunterstützung“ angeboten. Die Workshops fanden am Vormittag und am Nachmittag statt. Somit war es für jeden Teilnehmer möglich an zwei verschiedenen Workshops teilzunehmen.
In dem gemeinsamen Abschlussplenum wurde beschlossen, dass es auch in Zukunft wieder einen Fachtag geben soll.

7.3. Regionaltreffen der Selbsthilfekontaktstellen

Zum inhaltlichen Austausch über ihre Arbeit und Projekte treffen sich die Selbsthilfekontaktstellen aus den Landkreisen Bad Tölz, Berchtesgadener Land, Landshut, Mühldorf/Altötting, Rosenheim, Traunstein und Weilheim zweimal im Jahr.
Am Montag, den 04. April 2016 fand das Treffen in der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Berchtesgadener Land in Freilassing statt. Über das Thema „Überalterung der Selbsthilfegruppen und ihre Folgen“ bzw. die Bedeutung für die Selbsthilfekontaktstellen und das Thema „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ wurden intensiv diskutiert. Außerdem gab es einen Austausch über die aktuellen Aktivitäten, Projekte und Themen der einzelnen Selbsthilfekontaktstellen.
An dem Treffen im Herbst 2016 in Mühldorf konnte leider das Selbsthilfezentrum Traunstein nicht teilnehmen, da die Mitarbeiter in der Vorbereitung für den Selbsthilfetag im Klinikum Traunstein gebunden waren.
Diese Treffen sind sehr wichtig, da es einen inhaltlichen Austausch über die Arbeit der Selbsthilfekontaktstellen gibt und so die Qualität der Arbeit in den einzelnen Einrichtungen weiterhin Bestand hat.

8. „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“

Angestoßen durch die Aktivitäten der Selbsthilfekoordinierungsstelle Bayern e.V. mit dem Thema „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ hat sich das Selbsthilfezentrum Traunstein auch im Jahr 2016 intensiv diesen Themen gewidmet. Dabei handelt es sich um eine gemeinsam erarbeitete strukturelle und inhaltliche Zusammenarbeit zwischen Gesundheitseinrichtung, Selbsthilfegruppen und der jeweiligen Selbsthilfeeinrichtung vor Ort. Die Bundeskoordinierungsstelle „Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen“ mit Sitz in Berlin hat dazu ein Konzept erstellt und vergibt an die jeweilige Gesundheitseinrichtung auch eine Auszeichnung nach gemeinsamer Erarbeitung verschiedener Qualitätskriterien.
Elisabeth Pflugbeil besuchte den Arbeitskreis „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ für die Mitglieder der Selbsthilfekoordinierungsstelle Bayern e.V. im Februar 2016 in Regensburg und im November 2016 in Nürnberg. Im Frühjahr wurde der Weg bis zur Auszeichnung am Beispiel des Krankenhauses „Barmherzige Brüder“ in Regensburg aufgezeigt und veranschaulicht. Im November trafen sich die Selbsthilfekontaktstellen für einen Austausch zu diesem Thema in Nürnberg.
Im Oktober 2016 wurde das Thema „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ mit der Ideenwerkstatt Süd in der Siemsee Klinik Bad Endorf nochmals vertieft. Antje Liesener, die Leiterin der Bundeskoordinierungsstelle „Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen“ stellte das Konzept vor, Leiter der Siemsee Klinik Bad Endorf Herr Dr. Franz Pfister hielt einen Vortrag mit dem Titel „Was wirkt in der stationären Psychotherapie?“. Anschließend konnten sich die Teilnehmer an einzelnen Infopunkten austauschen zum Thema Selbsthilfe und Zusammenarbeit im Rahmen einer Gesundheitseinrichtung.
Auch im November 2016 nahm das Team des Selbsthilfezentrums in Traunstein an der Fortbildung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ teil. (Siehe Punkt 7.4.)
Außerdem wurde im Rahmen des Selbsthilfetages im Klinikum Traunstein im November 2016 dieses Thema aufgegriffen. (Siehe Punkt 9.2.)
Durch diese intensive Beschäftigung mit dem Thema „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ hat das Team des Selbsthilfezentrums beschlossen, die Gruppen und den Qualitätsmanager des Klinikum Traunstein zu ihrer Meinung zu befragen, ob sie sich vorstellen können, den Prozess “Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ gemeinsam gehen zu wollen. Beim Gesamttreffen im Dezember 2016 wurden die Gruppen dazu befragt. Einige Gruppen zeigten großes Interesse und würden sich für die Zukunft eine gut strukturierte und gemeinsam erarbeitete Zusammenarbeit wünschen. Das Gespräch mit Herrn Reinhold Frank von der Klinik findet im Frühjahr 2017 statt.
Das Selbsthilfezentrum Traunstein ist auch seit September 2016 Mitglied bei dem Netzwerk „Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen“.

9. Projekte

9.1. Landkreisübergreifendes Projekt im Haus der Berge in Berchtesgadener Land

Zum zweiten Mal organisierten die Selbsthilfekontaktstellen aus den Landkreisen Rosenheim, Mühldorf/Altötting, Berchtesgadener Land und Traunstein eine eintägige Veranstaltung für alle Selbsthilfeaktiven.

Bei diesem Projekt steht im Vordergrund die Selbsthilfegruppen landkreis-übergreifend zusammenzubringen, sich auszutauschen und voneinander zu profitieren.

Am Samstag, 18. Juni fand die Veranstaltung im Haus der Berge in Berchtesgaden statt. Das Selbsthilfezentrum war mit 10 Teilnehmern vertreten.

Auf dem Foto rechts ist zu sehen (von links nach rechts): Christian Grassl (Haus der Berge), Marie-Therese Roozen (Kontakt- und Informationsstelle BGL), Alexandra Nettelnstroth (Haus der Begegnung AÖ/MÜ), Wolfgang Nafroth (Referent Öffentlichkeitsarbeit), Karin Woltmann Selbsthilfekontaktstelle RO) und Elisabeth Pflugbeil (Selbsthilfezentrum TS)

Zuhörer des Vortrags „Öffentlichkeitsarbeit mit einfachsten Mitteln“

Am Vormittag hielt Herr Wolfgang Nafroth, Kommunikationsberater, über das Thema „Öffentlichkeitsarbeit mit einfachsten Mitteln“ einen Vortrag mit vielen verschiedenen anschaulichen Beispielen. Wolfgang Nafroth zeigte sehr anschaulich auf, dass mit Straßenzeitungen, Kartonstapeln, mit großen Zeitungen und vielen weiteren Beispielen, das Interesse der Öffentlichkeit auf sich gezogen werden kann. Die beschriebenen Möglichkeiten benötigten auch keine besonderen Materialien und können so von jeder Gruppe gut hergestellt werden. Diese Art von Öffentlichkeitsarbeit wurde unter den Teilnehmern immer wieder in den Pausen kontrovers diskutiert.

Referent, Wolfgang Nafroth

Anschließend gab es ein gemeinsames Mittagessen in dem Restaurant „Spiesberger´s Alpenküche“ im Haus der Berge. Hier hatten die Selbsthilfegruppen Zeit sich intensiv untereinander auszutauschen.

Am Nachmittag gab es eine barrierefreie Führung durch die Dauerausstellung „Vertikale Wildnis“ im Haus der Berge. Besonders beeindruckend war für die Teilnehmer das „wandern“ durch die einzelnen Regionen des Nationalparks mit seiner Pflanzen und Tierwelt. Viele verschiedene Tiere sind in der Ausstellung ausgestellt und können auch berührt werden, außerdem wechselt die Ausstellung mit Tönen, Bildern und Farben ihre Jahreszeiten. So wurden alle Sinne bei dieser Führung angesprochen.

Aufgrund der Rückmeldungen der Teilnehmer, hatten sie einen erfüllten Tag mit viel Informationen bezüglich ihrer Selbsthilfegruppe und der dazugehörigen Öffentlichkeitsarbeit. Einige Teilnehmer sind motiviert in diesem Rahmen neue Wege zu gehen.

Die Selbsthilfegruppen wünschen sich auch für das Jahr 2018 ein landkreisübergreifendes Projekt und noch mehr Zeit für gemeinsamen Austausch.

Führung durch die Ausstellung „Vertikale Wildnis“ im Haus der Berge

9.2. Selbsthilfetag „Selbsthilfe als Teil im Gesundheitswesen“ im Klinikum Traunstein

Der Selbsthilfetag, am Samstag, den 19. November 2016, im Landkreis Traunstein stand unter dem Thema „Selbsthilfe als Teil des Gesundheitswesens“. Die Idee dieses Projektes war es, die Selbsthilfe im gesundheitlichen Bereich im Landkreis Traunstein noch stärker zu verankern. Auf der einen Seite sollte die Vielfältigkeit der Selbsthilfelandschaft, ihre Arbeitsbereiche und Arbeitsweisen dargestellt werden und auf der anderen Seite sollte die Bedeutung der Selbsthilfe für das Gesundheitswesen genauer beleuchtet werden.

Um die Öffentlichkeit auf den Selbsthilfetag aufmerksam zu machen, wurden Flyer und Plakate erstellt, Einladungskarten wurden an die Kooperationspartner, professionelle Einrichtungen und Politiker versendet. Die öffentliche Presse wurde gebeten die Ankündigung des Selbsthilfetages in ihrer Zeitung zu veröffentlichen. Im gesamten Stadtgebiet wurden Plakataufsteller verteilt.

Infotische in der Empfangshalle im Klinikum Traunstein

In der Empfangshalle des Klinikum Traunsteins fand der Infobereich des Selbsthilfetages statt. 15 Selbsthilfegruppen aus den unterschiedlichsten Bereichen stellten sich vor.

Frau Elfi Dzial, Vorsitzende
AWO Kreisverbandes TS e.v.

Elfi Dzial, die Vorsitzende des AWO Kreisverbandes Traunstein e.V. berichtete kurz über die Geschichte des Selbsthilfezentrums Traunstein und des AWO Kreisverbandes Traunstein e.V.. Sie bedankte sich ganz herzlich für die gute Kooperation mit dem Klinikum Traunstein, den Selbsthilfeaktiven und den Mitarbeitern des Selbsthilfezentrum Traunsteins.

Die stellvertretende Landrätin Resi Schmidhuber, als Schirmherrin des Selbsthilfetages, begrüßte die Gäste mit einer Rede in der sie hervorhob, wie wichtig die Zusammenarbeit ist zwischen den ehrenamtlich engagierten Menschen in den Selbsthilfegruppen und dem Klinikum Traunstein.

Im großen Seminarraum des Klinikums fanden zusätzliche folgende Vorträge statt:

- Reinhold Frank, Zentrumskoordinator/Leitung Qualitätsmanagement des Klinikum Traunstein, mit dem Thema „Welche Rolle spielt Selbsthilfe im onkologischen Zentrum – Welche Rolle spielt Selbsthilfe bei der Krebstherapie“.
- Lisbeth Wagner, Pädagogische Mitarbeiterin, KISS Regensburg mit dem Thema „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus am Beispiel der Barmherzigen Brüder Regensburg“.
- Elisabeth Pflugbeil, Diplom Sozialpädagogin, Einrichtungsleitung des Selbsthilfezentrum Traunstein: „Wie arbeitet das Selbsthilfezentrum Traunstein?“.
- Petra Raab und Alexandra Reichelt von der Selbsthilfegruppe Schmerzpunkt Traunstein und Monika Tikal von der Deutschen Rheuma Liga e.V. stellten die Arbeit ihrer gesundheitsbezogenen Gruppen vor.

Reinhold Frank, Leitung Qualitätsmanagement
Klinikum Trauntein

Lisbeth Wagner, Pädagogische Mitarbeiterin KISS Regensburg

Publikum im großen Seminarraum des Klinikums Traunstein

Das Ziel des Selbsthilfetages war es, die Selbsthilfearbeit im Bewusstsein der Bürger noch besser zu verankern, die Zusammenhänge zwischen Gesundheitswesen und Selbsthilfe der Bevölkerung und dem Fachpersonal genauer auf zu zeigen und die Vernetzung der Einrichtungen im Gesundheitswesen, dem Selbsthilfezentrums und den Selbsthilfegruppen voranzutreiben.

Dies ist gelungen, da angeregt durch die Vorträge und Infotische konnten viele Gespräche über Selbsthilfe im Klinikum Traunstein entstehen.

Monika Tikal, Deutsche Rheuma Liga e.V. AG Traunstein

Alxandra Reichel und Petra Raab, Schmerzpunkt Traunstein

10. Geschäftsstelle Runder Tisch SüdOstOberbayern

10.1. Die Förderung der Selbsthilfe durch die gesetzlichen Krankenkassen in Bayern

Die Fördergemeinschaft der gesetzlichen Krankenkassenverbände in Bayern hat im Jahr 2016 insgesamt 6,7 Millionen Euro für die gesundheitsbezogene Selbsthilfe verausgabt. Hiervon gingen 3,4 Millionen Euro an die rund 2.300 gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen. Darüber hinaus haben einzelne Krankenkassen ihre kassenindividuellen Geld- und Sachleistungen der Selbsthilfe zur Verfügung gestellt.

10.2. Abwicklung des Förderverfahrens

Die Beratung der Selbsthilfegruppen zu Fördermöglichkeiten gesundheitsbezogener Selbsthilfe durch den Runden Tisch SüdOstOberbayern im Rahmen der Förderrichtlinien erfolgte sowohl in Form von Informationsveranstaltungen in den einzelnen Landkreisen als auch in persönlichen, meist aber telefonischen Gesprächen und Email-Kontakten.

Antragsberatung der Selbsthilfegruppen zur Förderung nach § 20 h SGB V

In den Landkreisen der Region SüdOstOberbayern fanden für die Selbsthilfegruppen Informationsveranstaltungen zu den Förderrichtlinien und der Antragstellung der Fördermittel nach § 20 h SGB V durch das Selbsthilfezentrum Traunstein statt. Dies fand in Kooperation mit den jeweiligen Selbsthilfekontaktstellen vor Ort statt.

- im Landkreis Traunstein am 12.01.2016
  in der Anthojo-Lounge, Äußere Rosenheimer Straße 2, Traunstein.
- für die Landkreise Mühldorf und Altötting am 13.01.2016
  im Haus der Begegnung, Auf der Wies 18, Mühldorf.
- im Landkreis Berchtesgadener Land am 19.01.2016 in der Selbsthilfekontaktstelle, Reichenbergstraße 1, Freilassing.
- im Landkreis Rosenheim am 27.01.2016
  in der Selbsthilfekontaktstelle, Klepperstraße 18, Rosenheim

Infoveranstaltung am 13. Januar 2016 in Mühldorf

Infoveranstaltung am 19. Januar 2016 in Freilassing

Infoveranstaltung 27. Januar 2016 in Rosenheim

Beantragung der Förderanträge
Nach Eingang und Datenbank-Erfassung der Antragsunterlagen erfolgte die formale und inhaltliche Überprüfung auf Förderfähigkeit. Dabei kam es häufig zu Rückfragen und, daraus resultierend, zu Korrekturen/Anpassungen bei einzelnen Förderpositionen. Sowohl der Inhalt der Rückfrage als auch die Antwort wurde in der Datenbank mit Datum und Kommunikationsmittel (Telefon, Email oder Post) dokumentiert.

Die bayernweite Vereinheitlichung der Umsetzung der Runden Tische, die von Seko Bayern und den Krankenkassenverbänden erarbeitet worden ist, wurde umgesetzt. Das Selbsthilfezentrum Traunstein arbeitete hierzu an den Arbeitskreistreffen der Runden Tische am 03.02.2016 in Nürnberg und am 11.07.2016 in München mit.

Die Selbsthilfegruppen erhielten die bayernweit vereinheitlichten Antragsunterlagen 2016, Merkblatt 2016 und Verwendungsnachweis 2015 auf Anfrage direkt vom Selbsthilfezentrum, auf den Informationsveranstaltungen oder durch Herunterladen von der Homepage des Selbsthilfezentrums Traunstein.

Bearbeitung und Prüfung der Verwendungsnachweise
Auch die Verwendungsnachweise wurden per Datenbank erfasst. Für die Bearbeitung gilt die gleiche Vorgehensweise wie bei den Anträgen. Circa sechs Wochen vor dem Termin der Vergabesitzung wurden den Krankenkassen- und Selbsthilfevertretern die bearbeiteten Verwendungsnachweise mit der Einladung zur Vorbesprechung übermittelt. Die Ergebnisse werden allen Krankenkassen- und allen Selbsthilfevertretern per Protokoll weitergegeben.

Die bearbeiteten Verwendungsnachweise wurden im Rahmen des „kleinen Arbeitskreises“ am 07.04.2016 (Geschäftsstelle Runder Tisch, Beiräte, ein Selbsthilfevertreter) in den Räumen des Selbsthilfezentrums besprochen. Die Krankenkassenvertreter wählten vier Verwendungs-nachweis zur Belegprüfung aus (einen aus jedem der vier zum Einzugsgebiet gehörenden Landkreise). Das Ergebnisprotokoll der Sitzung des kleinen Arbeitskreises wurde an alle am Runden Tisch SüdOstOberbayern Beteiligten zur Information weitergeleitet.

10.3. Koordination und Moderation der Vergabesitzung

Die Koordination umfasste folgende Aufgaben:

- Vorbereitung, Einladung und Moderation der Vergabesitzung des Runden Tisches
- beratende Funktion am Runden Tisch und Protokollführung

- Mitteilungserstellung und Überweisung der Förderbeträge nach Beschlussfassung des Runden Tisches

Mit der Einladung wurden den Krankenkassen- und Selbsthilfevertretern alle zur Entscheidungsfindung notwendigen Informationen zu jedem einzelnen Antrag zur Verfügung gestellt.

Zwei Beiräte, die geschäftsführende Funktion übernahmen, wurden gewählt: Herr Rödig, Direktion Rosenheim, und Herr Lochner, VIACTIV, Trostberg. Nach erfolgter Entlastung der Geschäftsstelle folgte die Beschlussfassung zur Förderhöhe aller eingegangenen Förderanträge. Bei der Vergabe der Fördermittel wurde in angeregten, sehr sachlichen Diskussionen auf die besonderen Belange der einzelnen Selbsthilfegruppen eingegangen. Die Beschlussfassung erfolgte immer einstimmig. Die Selbsthilfevertreter und die Mitarbeiterinnen des Selbsthilfezentrums hatten hierbei beratende Funktion.

Insgesamt sind 135 Pauschal- und 59 Projektanträge eingegangen. Im Förderjahr 2016 wurden 134 Pauschalanträge und 54 Projektanträge bezuschusst.

Insgesamt wurden für die Selbsthilfeförderung von der Fördergemeinschaft der Krankenkassen im Jahr 2016 in der Region SüdOstOberbayern bewilligt:

Fördersumme gesamt:	200.388,00 €
für 188 Anträge,	
davon in Form von Pauschalförderung bei 135 Pauschalanträgen:	186.790,00 €
davon in Form von Projektförderung bei 59 Projektanträgen:	13.598,00 €

In 2016 konnten alle förderfähigen Antragssummen in der Region vollständig bzw. angemessen gefördert werden.

Wir bedanken uns ausdrücklich für die hervorragende Zusammenarbeit mit den Vertretern der Krankenkassen der Fördergemeinschaft unserer Region.
Auch ein herzliches Dankeschön für die sehr gute Beteiligung der vier Selbsthilfevertreter Frau Sonja Egger (SHG Kreuzbund), Frau Inge Polak (SHG Krebs), Herrn Fred Müller (SHG Tinnitus TS) und Herrn Rudolf Starzengruber (SHG Depression), die mit großem Engagement beratend am Runden Tisch SüdOstOberbayern ihr Erfahrungswissen eingebracht und die Interessen und Anliegen der Selbsthilfeaktiven der Landkreise vertreten haben.

10.4. Selbsthilfevertreteram Runden Tisch SüdOstOberbayern

Am Runden Tisch SüdOstOberbayern sind im Jahr 2016 die Selbsthilfevertreter neu gewählt worden.

Dies sind: Herr Rudolf Starzengruber, „SHG Depressionsgruppe Mühldorf“, Landkreis Mühldorf/Altötting, aus dem Bereich der psychischen Erkrankungen und Herr Dr. Eckhard Pfeiffer, „SHG Prostatakrebs“, Landkreis Traunstein, aus dem Bereich der chronischen Erkrankungen.
Für die Säule der Koordinierungsstelle der bayerischen Suchthilfe (KBS) sind vertreten: Frau Sonja Egger, „SHG Kreuzbund Prien 3 Frauengruppe“, Landkreis Rosenheim und Herr Joachim Eckert, „SHG Kreuzbund Traunstein 4“, Landkreis Traunstein.
Für die LAG Selbsthilfe Bayern e.V. sind vertreten: Herr Franz Gadenz, „SHG Morbus Bechterew“, Landkreis Berchtesgadener Land, und Herr Fred Müller, „SHG Tinnitus“, Landkreis Traunstein.
Für den Paritätischen Wohlfahrtsverband wurde Frau Inge Polak, „SHG Freilassing und Berchtesgaden der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.“, Landkreis Berchtesgadener Land benannt. Die zweite Bewerberin zog ihren Antrag, während der Bearbeitung der Anträge zurück und konnte somit nicht weiter berücksichtigt werden.

Herr Michael Maier von der AOK Direktion Bad Reichenhall belehrte die Selbsthilfevertreter zum Thema Datenschutz. Diese Veranstaltung fand am 16.03.2016 in den Räumen des Selbsthilfezentrums Traunstein statt.

10.5. Verlegung der Geschäftsstelle Runder Tisch SüdOstOberbayern nach Rosenheim

Für das Jahr 2017 stehen strukturelle Veränderungen im Selbsthilfezentrum Traunstein an. Die Geschäftsstelle des Runden Tisches SüdOstOberbayern wird ab 1. Januar 2017 in das Diakonische Werk Rosenheim verlegt. D.h. die Antragsberatung der Selbsthilfegruppen zur Förderung nach § 20 h SGB V erfolgt in Zukunft über die Geschäftsstelle in Rosenheim.
Die Mitarbeiter des Selbsthilfezentrums Traunstein unterstützen weiterhin die Selbsthilfeaktiven bezüglich der Antragsstellung.

11. Kooperationspartner

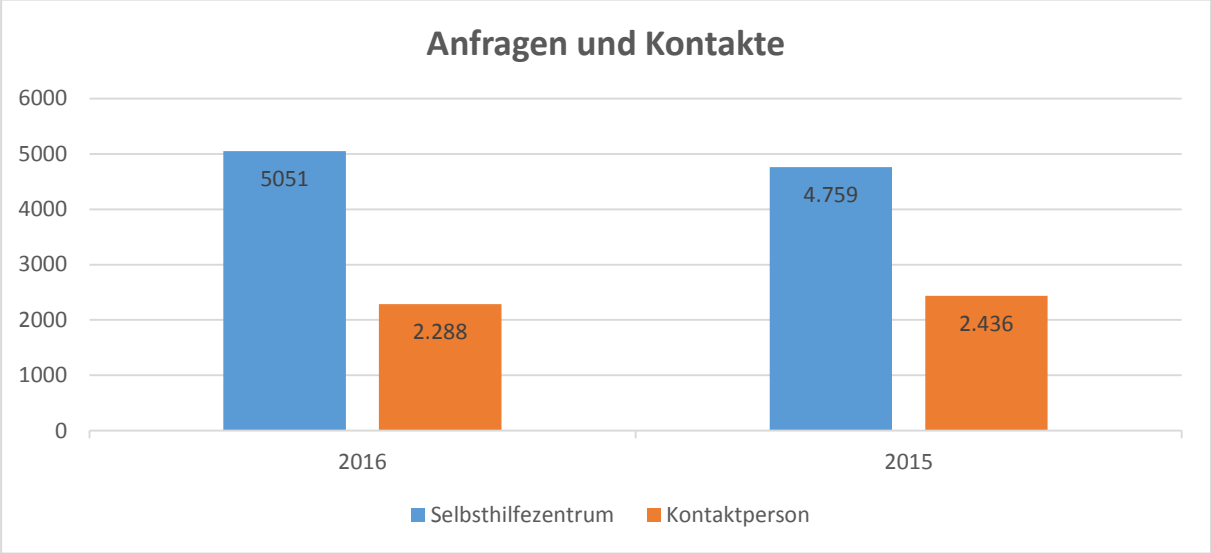
Das Selbsthilfezentrum kooperiert regional und überregional mit verschiedenen Kooperationspartnern, um gemeinsam die Selbsthilfebewegung weiter zu stärken.

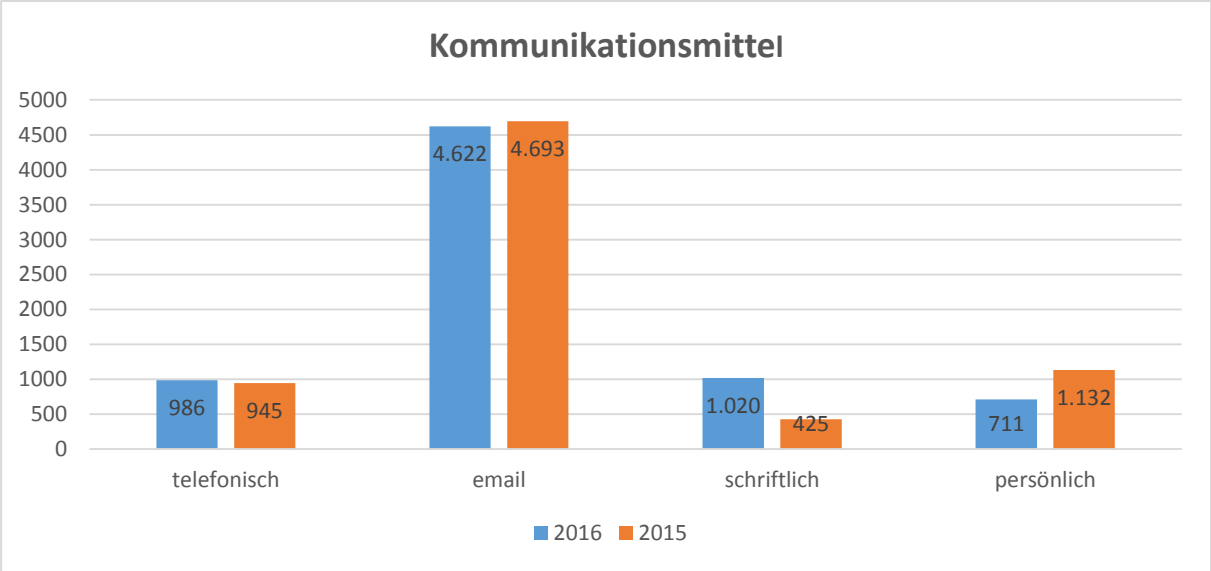
- Kooperation mit niedergelassenen Ärzten, Therapeuten, Beratungsstellen, Institutionen, Rehabilitationseinrichtungen und dem Klinikum Traunstein
- Kooperation mit Krankenkassenvertretern aller gesetzlichen Krankenkassen am Runden Tisch SüdOstOberbayern
- Kooperation mit der Stadt Traunstein
- Kooperation mit dem Landratsamt Traunstein
- Kooperation mit der Behindertenbeauftragten, der Seniorenbeauftragten, der Familienbeauftragten und des Ehrenamtsbeauftragten des Landratsamtes Traunstein
- Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus Traunreut
- Kooperation mit der Selbsthilfekoordination Bayern (SeKo)
- Kooperation mit den Selbsthilfekontaktstellen in Bayern, insbesondere mit den Kontaktstellen Berchtesgadener Land, Mühldorf/Altötting und Rosenheim
- Mitgliedschaft und Mitwirkung beim Verein „Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V.“
- Mitgliedschaft bei der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle (NAKOS) und der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG-SHG)
- Mitgliedschaft im Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen

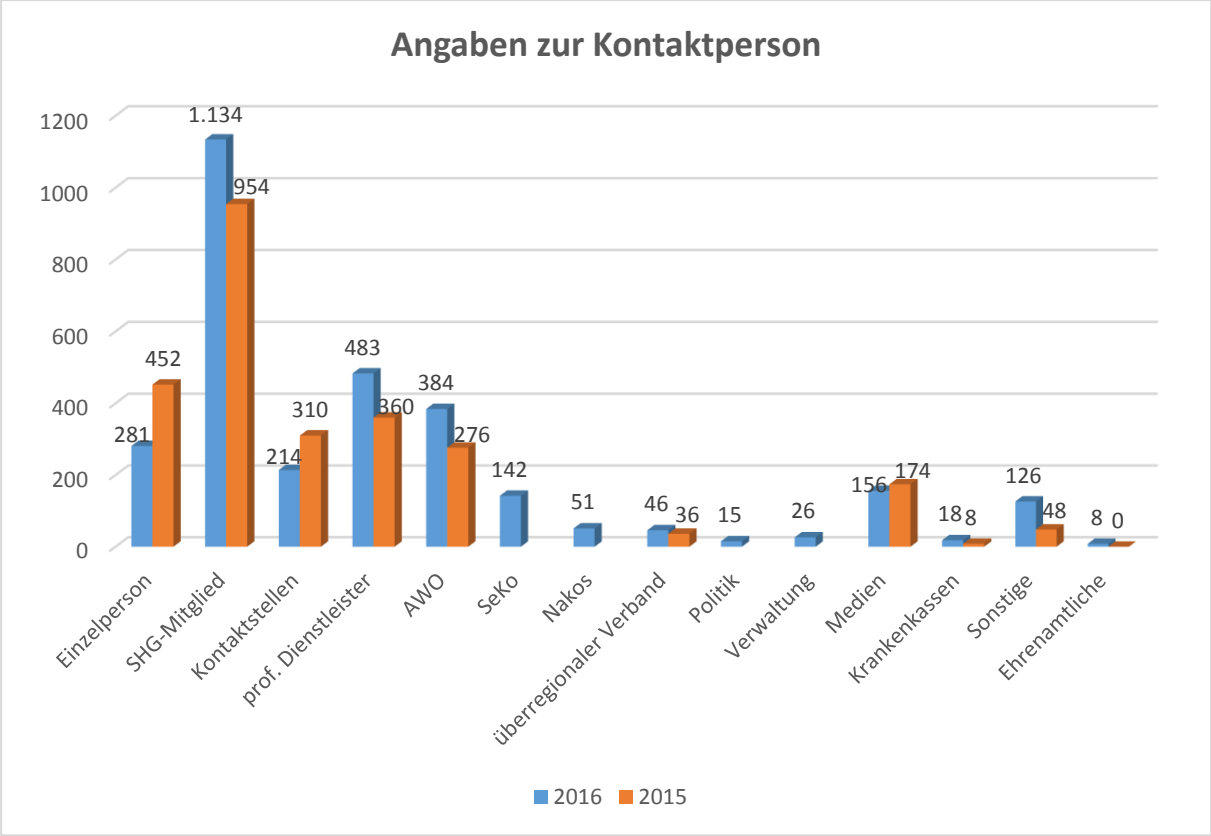
An dieser Stelle bedankt sich das Selbsthilfezentrum bei seinen Kooperationspartnern für die gute und konstruktive Zusammenarbeit und Unterstützung.

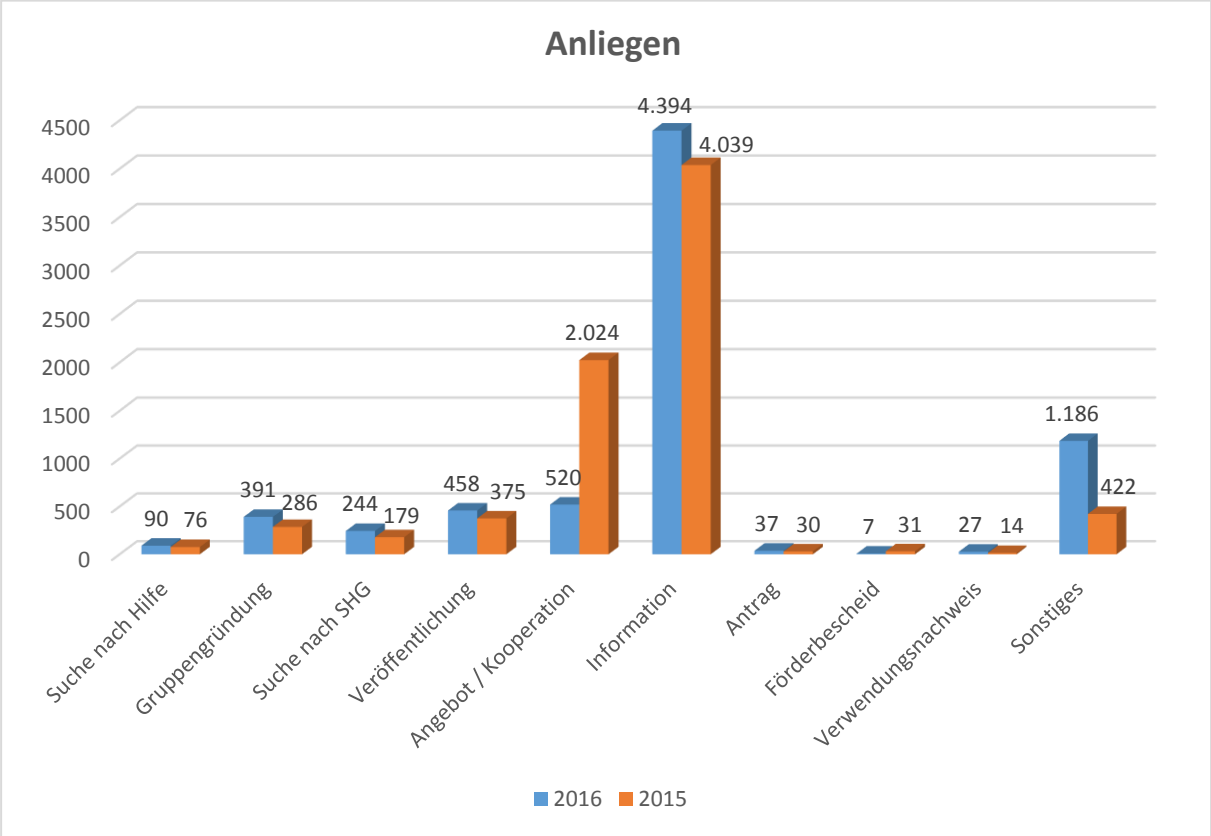
12. Statistische Darstellung der Aktivitäten 2016

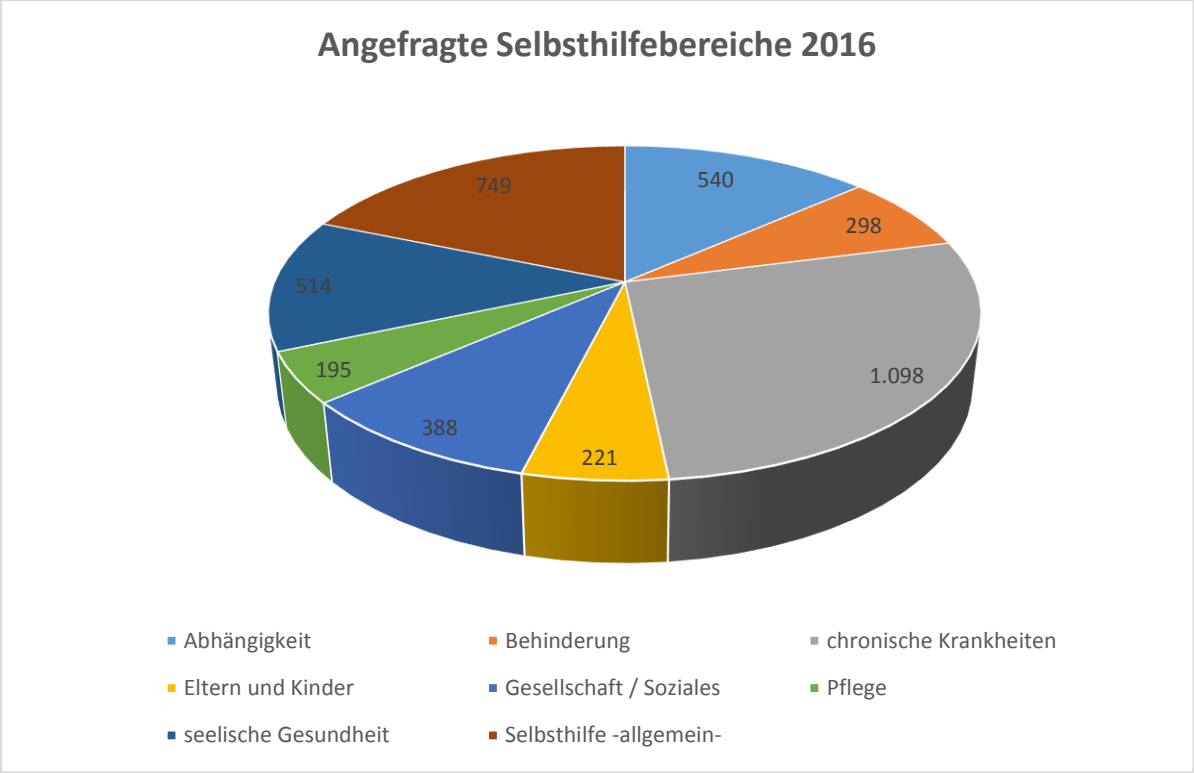
12.1. Aktivitäten des Selbsthilfezentrums

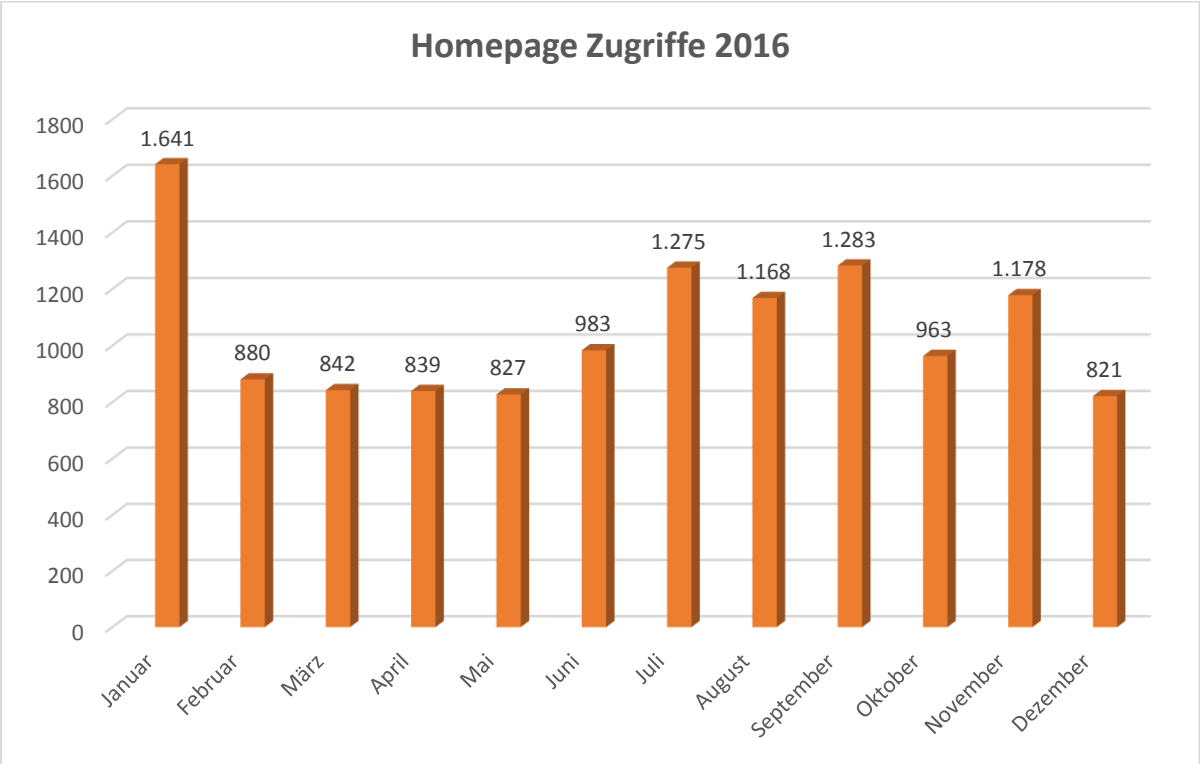




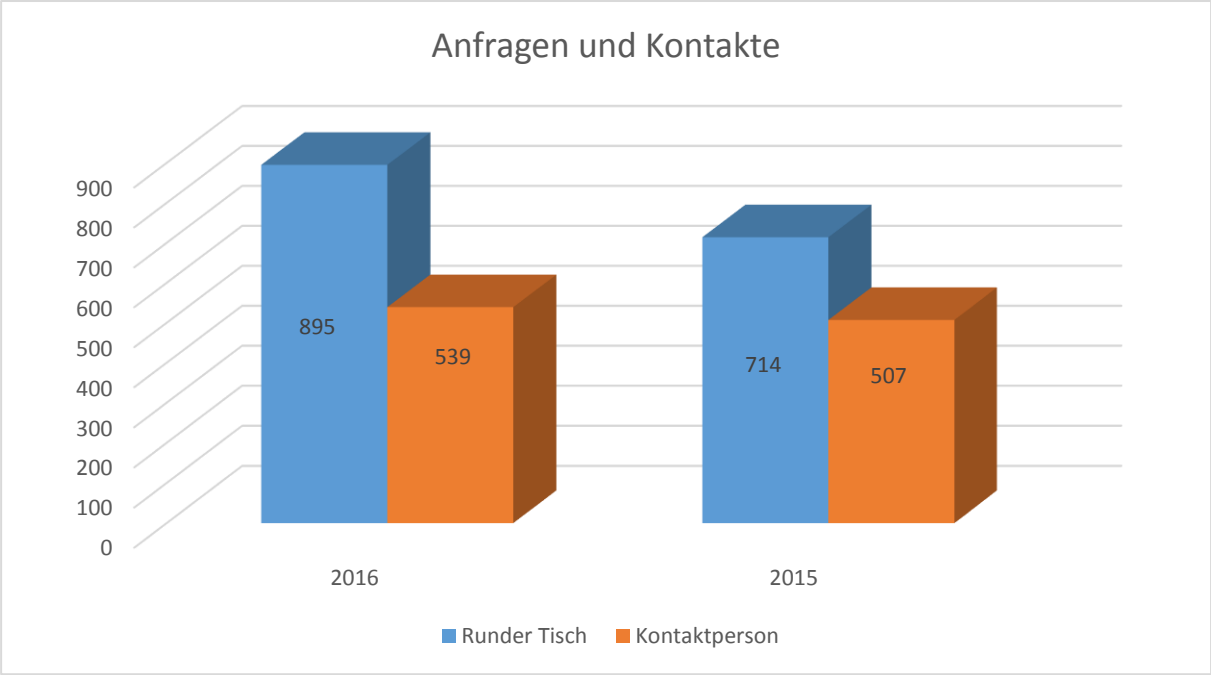

Angaben zur Kontaktperson
1200
1000
800
600
400
200
0
281
452
1.134
954
214
310
483
360
384
276
142
51
46
36
15
26
156
174
18
8
126
48
8
0
Einzelperson
SHG-Mitglied
Kontaktstellen
prof. Dienstleister
AWO
SeKo
Nakos
überregionaler Verband
Politik
Verwaltung
Medien
Krankenkassen
Sonstige
Ehrenamtliche
2016
2015

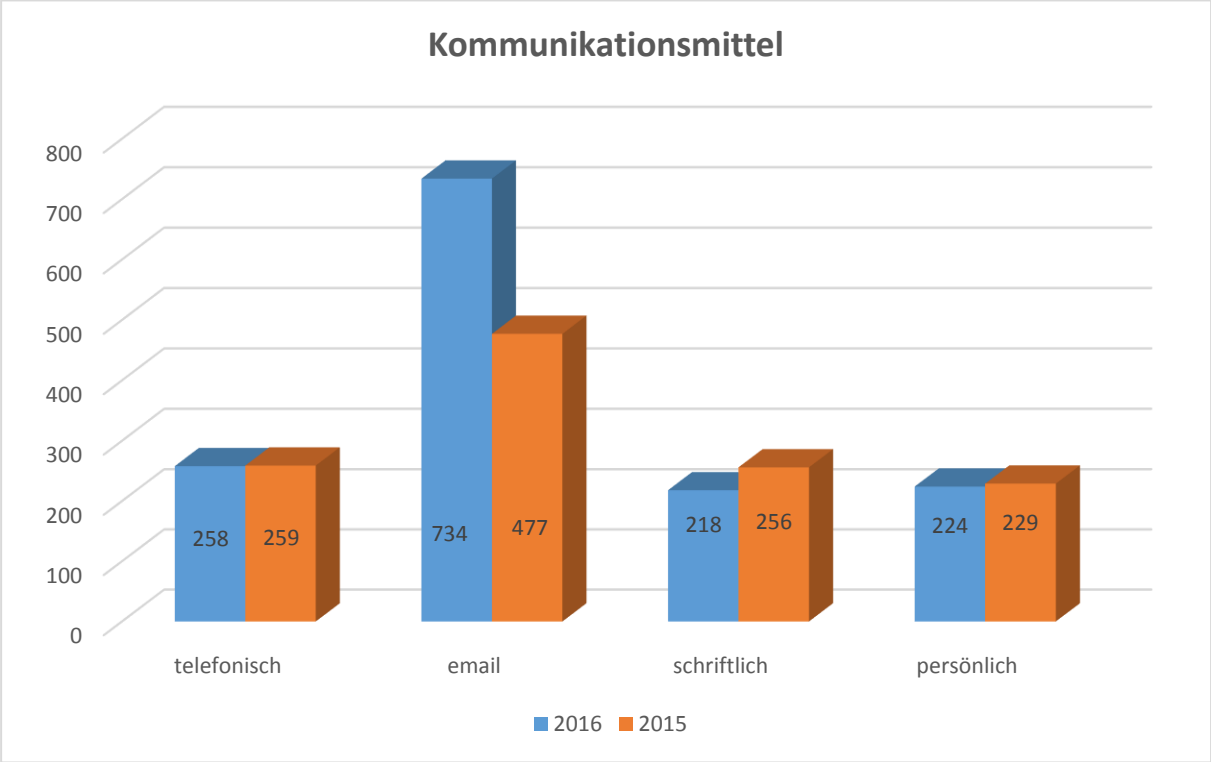

Anliegen
4500
4000
3500
3000
2500
2000
1500
1000
500
0
90
76
391
286
244
179
458
375
520
2.024
4.394
4.039
37
30
7
31
27
14
1.186
422
Suche nach Hilfe
Gruppengründung
Suche nach SHG
Veröffentlichung
Angebot / Kooperation
Information
Antrag
Förderbescheid
Verwendungsnachweis
Sonstiges
2016
2015

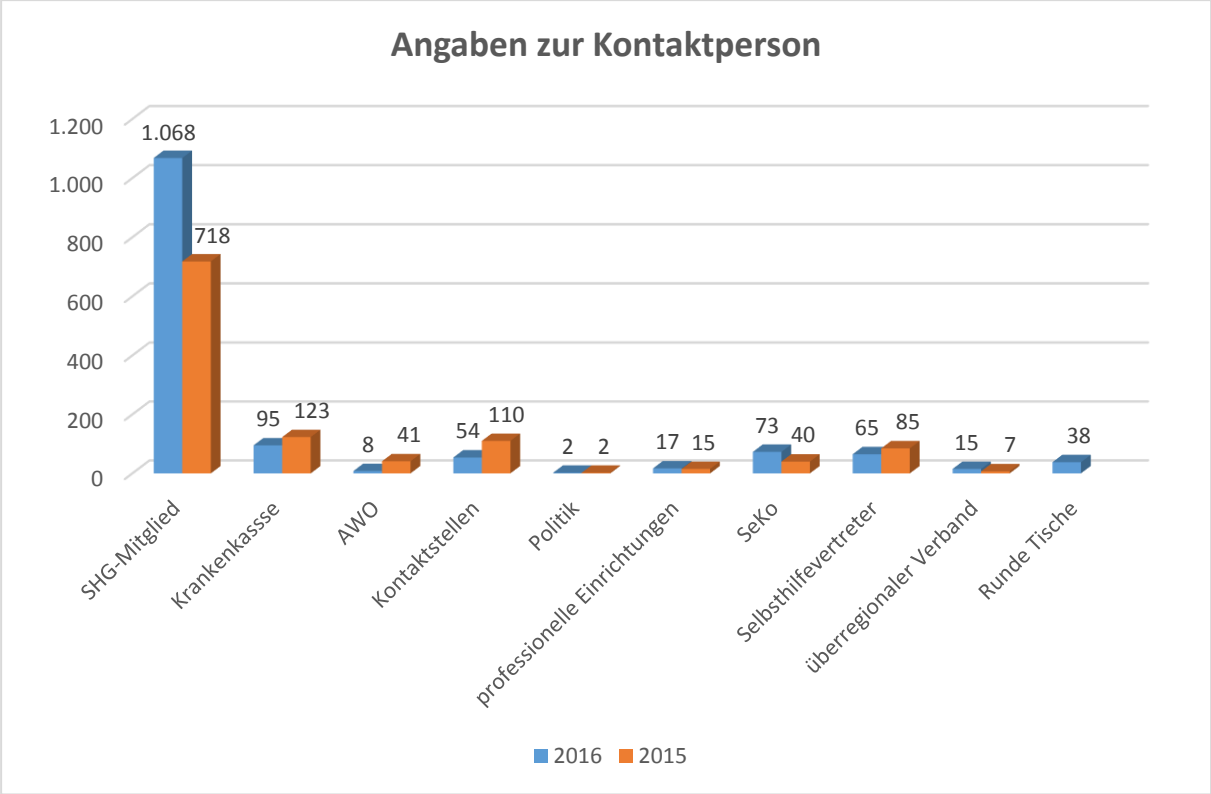

Angefragte Selbsthilfebereiche 2016
540
298
1.098
221
388
195
514
749
Abhängigkeit
Behinderung
chronische Krankheiten
Eltern und Kinder
Gesellschaft / Soziales
Pflege
seelische Gesundheit
Selbsthilfe -allgemein-

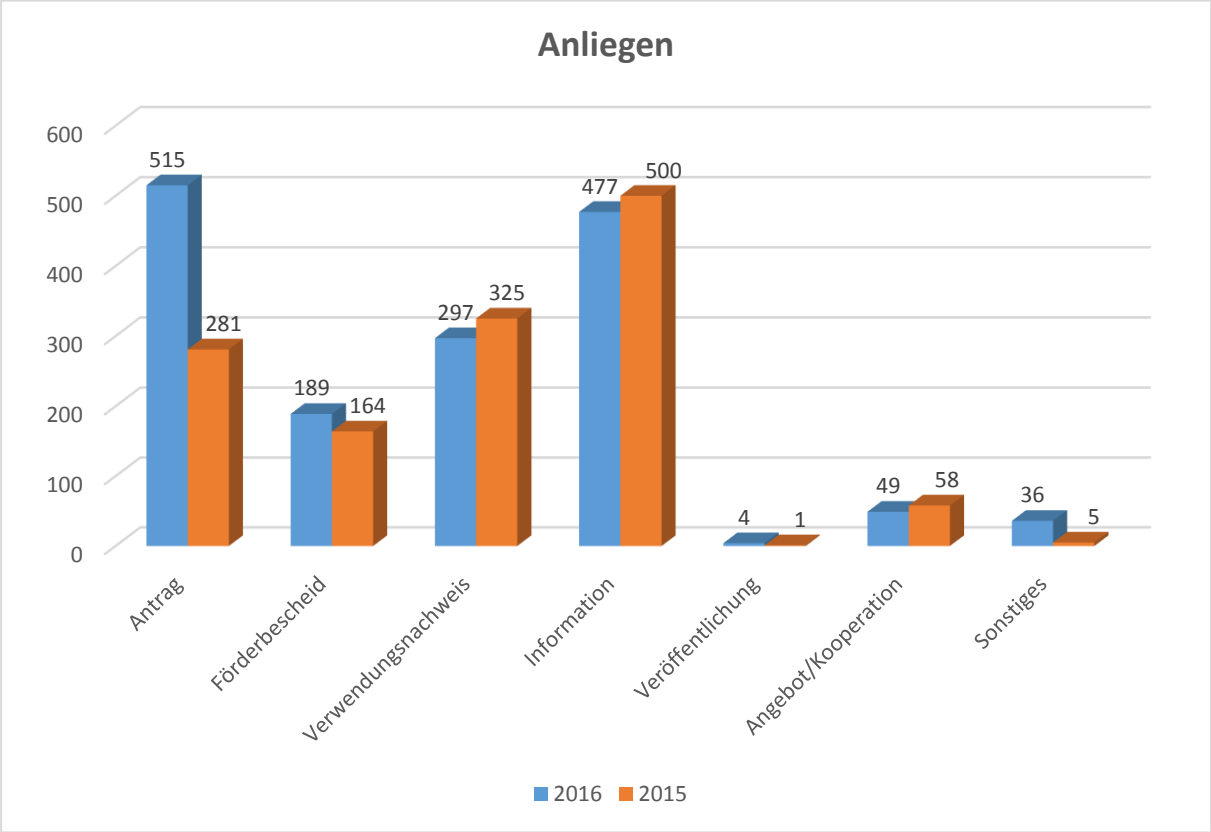

Homepage Zugriffe 2016
1800
1600
1400
1200
1000
800
600
400
200
0
1.641
880
842
839
827
983
1.275
1.168
1.283
963
1.178
821
Januar
Februar
März
April
Mai
Juni
Juli
August
September
Oktober
November
Dezember

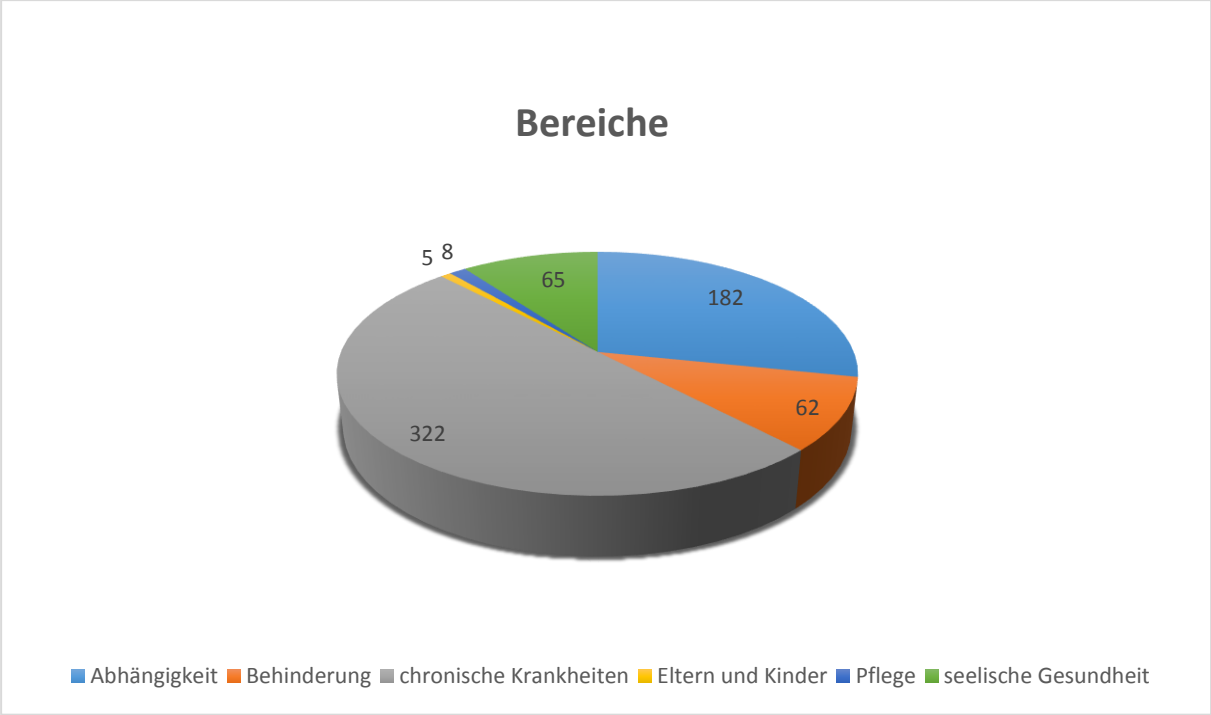
12.2. Aktivitäten der Geschäftsstelle Runder Tisch SüdOstOberbayern

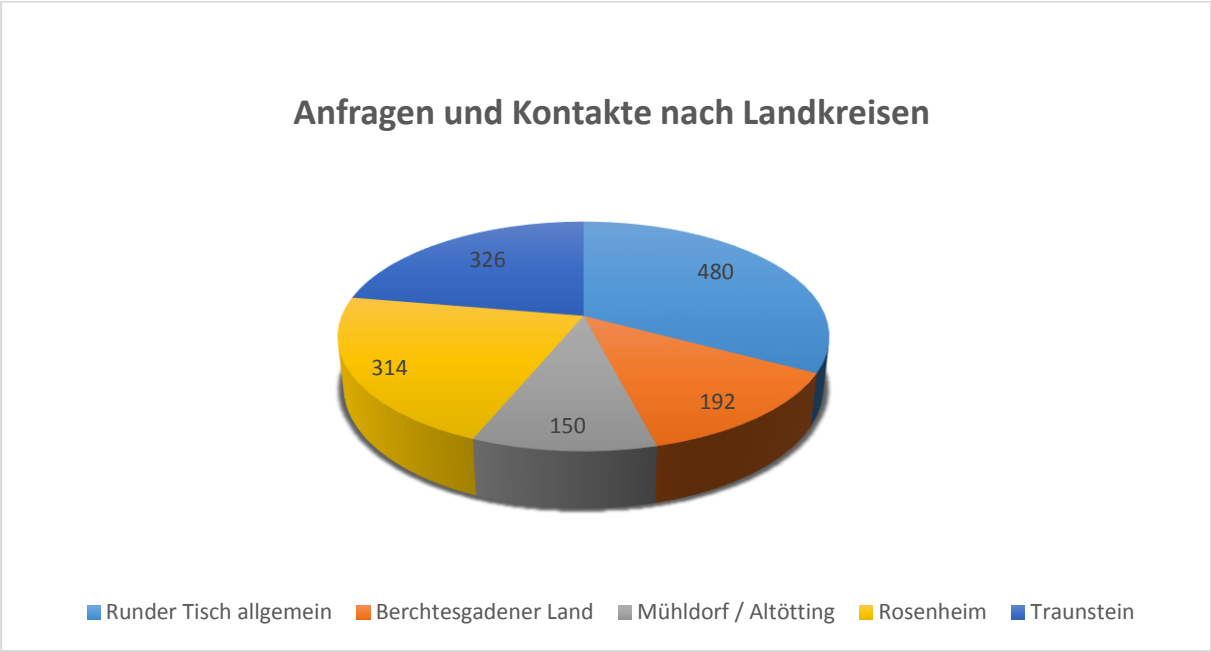


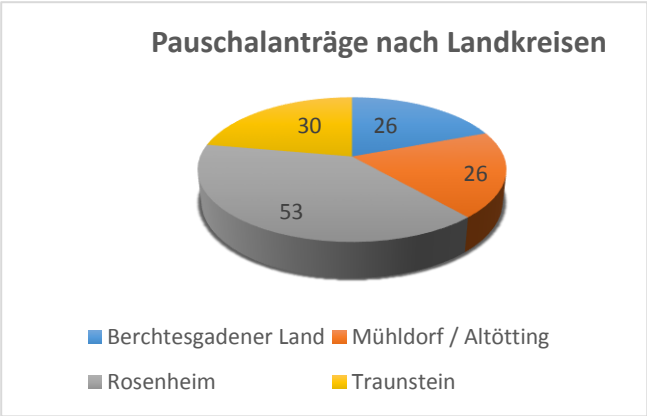


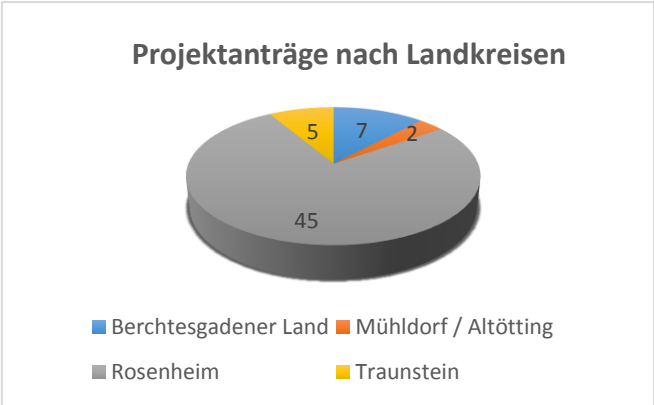

Angaben zur Kontaktperson
1.200
1.000
800
600
400
200
0
1.068
718
95
123
8
41
54
110
2
2
17
15
73
40
65
85
15
7
38
SHG-Mitglied
Krankenkasse
AWO
Kontaktstellen
Politik
professionelle Einrichtungen
SeKo
Selbsthilfevertreter
überregionaler Verband
Runde Tische
2016
2015


Anliegen
600
500
400
300
200
100
0
515
281
189
164
297
325
477
500
4
1
49
58
36
5
Antrag
Förderbescheid
Verwendungsnachweis
Information
Veröffentlichung
Angebot/Kooperation
Sonstiges
2016
2015


Bereiche
5
8
65
182
62
322
Abhängigkeit
Behinderung
chronische Krankheiten
Eltern und Kinder
Pflege
seelische Gesundheit


Anfragen und Kontakte nach Landkreisen
326
480
314
192
150
Runder Tisch allgemein
Berchtesgadener Land
Mühldorf / Altötting
Rosenheim
Traunstein


Pauschalanträge nach Landkreisen
30
26
26
53
Berchtesgadener Land
Mühldorf / Altötting
Rosenheim
Traunstein


Projektanträge nach Landkreisen
5
7
2
45
Berchtesgadener Land
Mühldorf / Altötting
Rosenheim
Traunstein