Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V. (BfO)
Landesverband Berlin/Brandenburg

Tätigkeitsbericht 2024

Landesverband Berlin/Brandenburg im Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.

Liebe Mitglieder und Interessierte,

dieser Tätigkeitsbericht informiert über die Arbeit des Landesverbands Berlin/Brandenburg im Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.

Auch im Jahr 2024 haben wir alle Möglichkeiten genutzt, eine sinnvolle Selbsthilfearbeit im Interesse der vom Krankheitsbild Osteoporose/Erkrankung des Bewegungsapparates Betroffenen zu gestalten.

Allen, die uns dabei tatkräftig unterstützt haben, möchten wir unseren Dank aussprechen.

Heidemarie Heese

Inhalt

1. Wer sind wir 3
2. Verein, Vorstand - Mitglieder 3
3. Personal 3
4.Kooperationspartner 3
5.Mitgliedschaft, Vernetzung, Gremien 3
6. Arbeitsschwerpunkte / Projekte 4
7. Selbsthilfegruppen 4
8. Veranstaltungen 5
a. Veranstaltungen 5
b. Teilnahme an Veranstaltungen 7
9. Öffentlichkeitsarbeit 7
10. Finanzen / Transparenz 7
11. Barrierefreiheit 7
Ausblick 8
Danksagung 8
Impressum und Kontakt 8

1. Wer sind wir

Der Landesverband Berlin/Brandenburg ist eine unselbständige regionale Untergliederung des B f O e.V.

Der LV betreut 3 Selbsthilfegruppen in Berlin und 5 in Brandenburg. Zu den Angeboten in den Gruppen gehören:

- Regelmäßige Treffen zum Austausch mit dem Krankheitsbild
- Informationen, Vorträge, Veranstaltungen
- Gemeinsame Aktivitäten
- Funktionstraining mit ausgebildeten Physiotherapeuten

2. Verein, Vorstand - Mitglieder

Zum Vorstand des LV gehören:

- Vorsitzende Heidemarie Heese
- Stellvertreterin Angela Torzinski
- Kassiererin Kornelia Philipp

Der Vorstand wird 2025 für zwei Jahre durch die Delegiertenversammlung gewählt.

3. Personal

Das Personal des Vorstandes und alle Gruppenleiter arbeiten ehrenamtlich.

4.Kooperationspartner

Der LV B/BB kooperiert mit folgenden Partnern:

- Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e.V.
- Kiezspinne – nachbarschaftlicher Interessenverband e.V.
- Volkssolidarität LV Berlin e.V.
- SEKIS Selbsthilfekontakt- und Informationsstelle Berlin
- Klinisch osteologisches Schwerpunktzentrum in der Charité

5.Mitgliedschaft, Vernetzung, Gremien

Am 19.11.2010 hat sich der LV B/BB gegründet und ist seitdem Mitglied im Gremium der Landesverbände im B f O e.V.

Am 23.05.2022 wurde der LV B/BB Mitglied in die LV Selbsthilfe Berlin e.V.

Vernetzung siehe 4. Kooperationspartner

Mitarbeit im Gremium der Landesverbände des B f O e. V.

6. Arbeitsschwerpunkte / Projekte

Als Projekt wurde eine qualitätsgesicherte Homepage 2021 erarbeitet und ist unter www.bfo-lv-b-bb.de im Internet zu finden.

2024 wurde diese weiter aktualisiert und auch die Barrierefreiheit mit der „Leichten Sprache“ gesichert.

Die 2020 von unserem LV erarbeitete Broschüre „Wissenswertes über Osteoporose“ wurde 2022 überarbeitet und als Download in der Homepage hinterlegt.

2023 hat der LV mit der Erarbeitung der Broschüre „Lust auf Gesundheits-Tipps“ begonnen. Das Heft wurde 2024 für den Druck vorbereitet.

7. Selbsthilfegruppen

Im LV B/BB sind folgende Gruppen organisiert:

in Berlin

- Friedrichshain
- Lichtenberg
- Karlshorst

in Brandenburg

- Bad Saarow
- Kremmen
- Müncheberg
- Prenzlau

Die Gründung einer Selbsthilfegruppe in Neuruppin ist für 2025 geplant.

8. Veranstaltungen

a. Veranstaltungen

DATUM	TITEL und INHALT
20.02.2024	Gruppenleiterversammlung zum Jahresabschluss 2023 und Entlastung des Vorstandes unter Teilnahme der Präsidentin des B f O e.V.
14.03.2024	**Vortrag Atmung** Der Vortrag beinhaltete die Aufgaben der Atmung für unseren Körper und wie durch die bewusste Atmung die Körperfunktionen und das allgemeine Wohlbefinden verbessert werden kann.
11.04.2024	**Vortrag Chiropraktik** Der Vortrag gab einen Einblick in die manuellen Behandlungsmethoden bei Schmerzen des ganzen Körpers
01./02.03.2024	**Tagung** Gremium der Landesverbände im B f O e.V. in Fulda zu Starthilfe für neue SHG, Abrechnung Funktionstraining, Trainerausbildung, DMP Osteoporose, DVO Patienten-Leitlinie, Überarbeitung blauer Ordner
25.04.2024	**Workshop Atemtherapie** In der Regel ist unsere Atmung zu schnell und nicht tief genug. Die Atemvertiefung ist Lungenprophylaxe und Sturzprävention.
25.05.2024	**Delegiertenversammlung des B f O in Kassel** Zum Jahresabschluss 2023 und Vorschau für 2025 Beschluss zur Erhöhung des Mitgliedsbeitrags ab 2025
12./13.06.2024	**Workshop für Gruppenmitglieder und Interessierte** Zu folgenden Themen**:** ○ Kneipp und Osteoporose ○ Daumen-Yoga fürs Gehirn ○ Zähne und Implantate ○ Vorstellung von Orthesen bei Osteoporose ○ Heilkraft der Bienen ○ Bewegung und Meditation

18.07.2024	**Workshop Sturzprophylaxe** Mit dem Workshop soll den Teilnehmern die Angst vor Stürzen genommen werden. Mit den verschiedenen Schrittfolgen zur Musik und im Kreis verbessert sich die Körperhaltung, es erfolgt Muskelaufbau und ein sicherer Gang.
26.09.2024	**Mitgliederversammlung der LV Selbsthilfe Berlin e.V**. Zum Jahresabschluss 2023, Entlastung des Vorstandes, Neuwahl des Vorstandes
15.10.2024	**Teilnahme am Gesundheits- Selbsthilfetag** In der Kiezspinne mit einem Info-Stand und Gesprächsrunde rund ums Thema Osteoporose.
20.10.2024	**Tagung Gremium der Landesverbände im B f O e.V.** Mit den Themen: o Qualitätsanforderungen Therapeut, DMP, o DVO Patientenleitlinie o Überarbeitung blauer Ordner
19.10.2024	**Patientenkongress zum Weltosteoporosetag in Mainz** Aus 4 Selbsthilfegruppen nahmen 20 Mitglieder teil. Sehr informative Vorträge standen auf dem Programm wie o Ist Alter eine Krankheit? o Habe ich Osteoporose o Osteoporose/Arthrose o Hormone und Knochen o Diabetes, Asthma, Rheuma o Osteoporose und das Gebiss o Patientenleitlinie Osteoporose 2 Gruppenleiter des LV b/BB wurden auf dem Kongress mit der „Osteopo-Rose“ ausgezeichnet.
26.11.2024	**Gruppenleiterversammlung des LV Berlin/Brandenburg** o Abrechnung Arbeitsplan 2024, Arbeitsplan 2025 o Pauschal- und Projektförderung 2025 o Auswertung WOT und G d L Sitzung in Mainz o Versicherungen im B f O o Probleme in den Gruppen

b. Teilnahme an Veranstaltungen

An folgenden Online-Veranstaltungen der LV Selbsthilfe Berlin e.V. nahm der LVB/BB teil:

12.02.2024 Pauschalförderung für Landesverbände

04.03.2024 Projektanträge Teil I

08.04.2024 Projektanträge Teil II

28.11.2024 Projektförderung 2025

05.12.2024 Pauschalförderung 2025

und

02.-05.09.2024 Teilnahme am Gruppenleiterseminar des B f O e.V.

9. Öffentlichkeitsarbeit

Die Öffentlichkeitsarbeit des LV beschränkt sich z.Z. auf die eigene Homepage und auf Informationen im Gesundheitsmagazin der B f O e.V.

10. Finanzen / Transparenz

BKK Landesverband Mitte	5.368,00 €	Kassenübergreifende Pauschalförderung.
Techniker Krankenkasse Landesvertretung B/BB	6.030,00 €	Projektförderung Workshop und Weiterbildung für die SHG und Interessierte mit folgenden Themen: ○ Kneipp und Osteoporose ○ Daumen-Yoga fürs Gehirn ○ Zähne und Implantate ○ Heilkraft der Bienen. ○ Bewegung und Meditation
Bundeselbsthilfeverband	1.270,00 €	Finanzierungshilfe des Bundesselbsthilfeverbandes für Osteoporose e.V. für Aufgaben des LV B/BB

11. Barrierefreiheit

Die Barrierefreiheit wurde in der Homepage durch eine Überblicksseite in „Leichter Sprache“ gesichert.

Ausblick

Im Arbeitsplan des LV für das Jahr 2025 werden die geplanten Aktivitäten erfasst.

Darin enthalten sind z.B. Workshops für die SHG wie Sturzprophylaxe, Atemtherapie, Fußschule, Kassierer-Schulung und Vorträge. Es ist auch ein Workshop mit Weiterbildung und Erfahrungsaustausch in Seddin am 16. und 17.06.2025 geplant mit den Themen Suchtprobleme und ihre Behandlung, der Darm unser zweites Gehirn, Säuren und Basen, Akupunktur

Weiterhin arbeitet der LV an einer Broschüre „Lust auf Gesundheit“, die 2024 fertiggestellt und für den Druck 2025 vorbereitet wurde.

Danksagung

Bei allen Unterstützern in unserer Arbeit im Jahr 2024 möchten wir uns bedanken.

Ein besonderer Dank gilt der LV Selbsthilfe Berlin e.V., der BKK Landesverband Mitte, der AOK Nordost, der Techniker Krankenkasse Landesvertretung Berlin/Brandenburg, dem Bundesselbsthilfeverbandes für Osteoporose e.V., der Volkssolidarität LV Berlin e.V. und dem nachbarschaftlichen Interessenverbund e.V.

Impressum und Kontakt

Landesverband Berlin/Brandenburg im Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.
Selbsthilfe – Treffpunkt

Boxhagener Str. 89
10245 Berlin
Tel: 030 55 30 60 8
Email: info@bfo-lv-b-bb.de

Inhaltlich verantwortlich: Heidemarie Heese