**Tätigkeitsbericht 2023**

**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 2023 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 hiermit unseren Dank aussprechen.

*Heidemarie Heese*

**Inhalt**

[1. Wer sind wir 2](#_Toc8599)

[2. Verein, Vorstand - Mitglieder 3](#_Toc8600)

[3. Personal 3](#_Toc8601)

[4.Kooperationspartner 3](#_Toc8602)

[5.Mitgliedschaft, Vernetzung, Gremien 3](#_Toc8603)

[6. Arbeitsschwerpunkte / Projekte 4](#_Toc8604)

[7. Selbsthilfegruppen 4](#_Toc8605)

[8. Veranstaltungen 4](#_Toc8606)

[a. Veranstaltungen 4](#_Toc8607)

[b. Teilnahme an Veranstaltungen 6](#_Toc8608)

[9. Öffentlichkeitsarbeit 6](#_Toc8609)

[10. Finanzen / Transparenz 7](#_Toc8610)

[11. Barrierefreiheit 7](#_Toc8611)

[Ausblick 7](#_Toc8612)

[Danksagung 7](#_Toc8613)

[Impressum und Kontakt 8](#_Toc8614)

# 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 o Informationen, Vorträge, Veranstaltungen
* Gemeinsame Aktivitäten
* Funktionstraining mit einem ausgebildeten Physiotherapeuten

# 2. Verein, Vorstand - Mitglieder

Zum Vorstand des LV gehören:

o Vorsitzende: Heidemarie Heese o Stellvertreterin: Angela Torzinski o Kassiererin: Kornelia Philipp

Der Vorstand wurde am 21.02.2023 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:

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

# 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.

2023 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 soll 2024 fertiggestellt und gedruckt werden.

# 7. Selbsthilfegruppen

Im LV B/BB sind folgende Gruppen organisiert:

**in Berlin**

Friedrichshain

Lichtenberg

Karlshorst

 **in Brandenburg**

Bad Saarow

Hennigsdorf

Müncheberg

Prenzlau

Seddin

# 8. Veranstaltungen

## a. Veranstaltungen

|  |  |
| --- | --- |
| **DATUM**  | **TITEL und INHALT**  |
| 21.02.2023  | Gruppenleiterversammlung zum Jahresabschluss 2022, Entlastung des alten Vorstandes, Wahl des neuen Vorstandes  |
| 16.03.2023  | **Workshop Fußschule** Die Teilnehmer haben erfahren, wie wichtig das Wohlergehen der Füße auf die Gesundheit des ganzen Körpers beiträgt und was sie selber dazu beitragen können.  |
| 03.03. – 04.03.2023  | **Tagung**  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Gremium der Landesverbände im BfO e.V. in Goslar zu Selbsthilfeförderung §20 SGB auf Länderebene,Rahmenvereinbarung Funktionstraining, DMP Osteoporose,  Weiterbildung der LVs, WOT in Stuttgart, Lernort Knochen  |
| 18.04.2023  | **Workshop Abrechnungsprogramme**Gruppenleiter und Kassierer wurden alle Programme wie Jahresabschluss im BfO, Pauschal- und Projektförderung, Abrechnung des Funktionstrainings nochmals in ihrer Anwendung vorgestellt und offene Fragen geklärt. |
| 10.05.2023  | **Vortrag Beelitzer Heilstätten**Mit den Beelitzer Heilstätten wird ein ganzheitliches Gesundheitszentrum um 1900 geschaffen, dass noch heute als Vorbild im Gesundheitswesen angesehen werden kann. Alle Teilnehmer waren von diesem Vortrag stark berührt und die anschließende Diskussion zeigt das große Interesse.  |
|  |  |
| 03.06.2023  | **Delegiertenversammlung des BfO in München**zum Jahresabschluss 2022, Entlastung des alten Vorstandes, Wahl des neuen Vorstandes.  |
| 05.08.2023  | **Besuch im Kneippverein Buckow**Der Verein beschäftigt sich mit der Gesundheitspflege auf den Lehren von Sebastian Kneipp vom gesunden Leben und naturgemäßen Heilen. Nach einem ärztlichen Vortrag wurden praktische Anwendungen durchgeführt.  |
| 10./11.07.2023  | **Workshop für Gruppenmitglieder und Interessierte**zu folgenden Themen: **.** Klangschalentherapie * Verschiedene Bewegungsarten wie Yoga, QiGong, Atemtechniken
* Vortrag „Einfach Heilen mit Natur“ speziell mit

 Homöopathie * Gesangstherapie
* Erfahrungsaustausch
 |
| 19./20.08.2023  | **Beratung der Landesverbände in BfO in Fulda** Der Schwerpunkt der Beratung lag bei den Qualitätsanforderungen für das Funktionstraining und die Erarbeitung einer Anleitung für Gruppenneugründungen. |
| 12.09.2023  | **Beratung mit SHG 191 in Bad Saarow**Gegenstand der Beratung war die Mitgliedergewinnung, Kosten für die Wassergymnastik in der Therme, Abrechnungsfragen, Themen für Arbeitsplan  |
| 17.10.2023 | **Teilnahme am Gesundheits-Selbsthilfetag**in der Kiezspinne mit einem Infostand und Gesprächsrunde rund ums Thema Osteoporose.  |
| 21.10.2023  | **Patientenkongress zum Weltosteoporosetag in Stuttgart** Aus 5 Selbsthilfegruppen nahmen 25 Mitglieder teil. Folgende sehr informative Vorträge wurden gehalten:  * Knochen und Nierenerkrankungen
* Fraktur und Chirugie
* Sturzprävention
* Versorgungslücken
* Körperliches Training bei Osteoporose
* 2 Gruppen des LV B/BB wurden für besondere

 Aktivitäten mit der „Osteoporose“ ausgezeichnet. |
| 22.10.2023  | **Tagung des Gremiums der Landesverbände im B f O e.V.** Mit den Themen:* Patientenleitlinie in leichter Sprache
* Leitfaden Selbsthilfe zu Transparenz und Verbindung zu Wirtschaftsunternehmen
* Finanzierung und Qualitätsanforderungen für das Funktionstraining
* Stand DMP für Osteoporose und deren Umsetzung
 |
| 21.11.2023  | **Gruppenleiterversammlung des LV B/BB**Tagesordnung: * Abrechnung Arbeitsplan 2023, Arbeitsplan 2024
* Pauschal- und Projektförderung 2024
* Auswertungen WOT und G d L – Sitzung in Stuttgart
* Verhalten bei Unfällen
* Probleme bei den Gruppen
* Informationen zu Delegiertenversammlung und WOT 2024

 |

## b. Teilnahme an Veranstaltungen

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

27.03.2023 Widerstandsfähigkeit und Resilienz

10.05.2023 Online-Lesung Raul Krauthaus

04.07.2023 Resilienz von SHO „stabil, gesichert, Flexibel“

31.08,2023 Mitreden und Mitgestalten in der Selbsthilfe

12.09.2023 Sicherung der Selbsthilfe - Organisationskultur

26.09.2023 Finanzen, Projektförderung, Fundraising

10.10.2023 Ehrenamtliche und Mitglieder finden

06.11.2023 AG Projektförderung

12.12.2023 AG Projektförderung

**Teilnahme an anderen Einrichtungen:**

20.10.2023 Therapiezentrum UKB Veranstaltung zum Weltosteoporosetag

21.102023 Patientenkongress in Stuttgart

# 9. Öffentlichkeitsarbeit

Die Öffentlichkeitsarbeit des LV beschränkt sich z.Z. auf die eigene Homepage. Teilnahme an Gesundheitstagen mit Info-Stand und Beiträgen im Gesundheitsmagazin des B f O.

# 10. Finanzen / Transparenz

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| BKK Landesverband Mitte  | 4.512,00 €  | kassenübergreifende Pauschalförderung. Darin enthalten sind Restmittel in Höhe von 1.392,69 € aus 2022.   |
| Techniker Krankenkasse  | 5.940,00 €  | Projektförderung  |
| Landesvertretung B/BB  |   | Workshop und Weiterbildung für die SHG und Interessierte mit folgenden Themen: o Klangschalentherapieo verschiedene Bewegungsarteno Vortrag „Heilen mit Natur“o Gesangstherapieo Erfahrungsaustausch   |
| Bundeselbsthilfeverband  | 1.160,00 €  | Finanzierungshilfe für Osteoporose e.V.  |
|   |   | Aufgaben des LV  |

# 11. Barrierefreiheit

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

# Ausblick

Im Arbeitsplan des LV für das Jahr 2024 werden die geplanten Aktivitäten erfasst. Darin enthalten sind z.B. Workshops für die Selbsthilfegruppen des LV B/BB wie Atemtechnik, Sturzprophylaxe durch Tanzen und Singen, Vorträge u. ä. Es ist auch wieder ein Workshop zur Weiterbildung und Erfahrungsaustausch für Mitglieder der SHG und Interessierte in Seddin am 12. und 13.06.2024 geplant.

Weiterhin arbeitet der LV an einer Broschüre „Lust auf Gesundheits-Tipps“, die 2024 fertiggestellt wird.

# Danksagung

Bei allen Unterstützern in unserer Arbeit im Jahr 2023 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