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

Tätigkeitsbericht 2025

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 2025 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.

Angela Torzinski

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 7
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 4 Selbsthilfegruppen in Berlin und 4 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 Angela Torzinski
- Stellvertreterin Kornelia Philipp
- Kassiererin Heidemarie Heese

Der Vorstand wurde 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.

2023 hat der LV mit der Erarbeitung der Broschüre „Lust auf Gesundheits-Tipps“ begonnen. Das Heft wurde 2024 für den Druck vorbereitet und fertig gestellt. Diese Broschüre erlangt weiten Anklang in den anderen Landesverbänden deutschlandweit.

7. Selbsthilfegruppen

Im LV B/BB sind folgende Gruppen organisiert:

in Berlin

- Friedrichshain
- Lichtenberg
- Karlshorst
- Spandau

in Brandenburg

- Bad Saarow
- Kremmen
- Müncheberg
- Prenzlau

8. Veranstaltungen

a. Veranstaltungen

DATUM	TITEL und INHALT
17.01.2025	**Selbsthilfefachtagung** des AOK Bundesverbandes zum Thema Gesundheitswerbung im Netz, Desinformation, falsche Heilversprechen.
18.02.2025	**Gruppenleiterversammlung** zum Jahresabschluss 2024, Entlastung des Vorstandes und Wahl eines neuen Vorstands. Als Gast begrüßten wir die Präsidentin des BfO e.V.
08 + 09.03.2025	**Tagung der Landesverbände BfO e. V. in Wernigerode** Trainerausbildung, DVO Patientenleitlinie, Vergütung Funktionstraining, DMP Osteoporose, Stand blauer Ordner
27.03.2025	**Workshop Kneipp** Mitglieder des Kneipp-Verein Buckow gestalten sehr anschaulich und praxisnah die 5 Wirkprinzipien von Sebastian Kneipp
24.04.2025	**Vortrag Implantate bei Osteoporose** Einführung ist der Aufbau und die Funktion des Gebisses. Vorstellung der verschiedenen Implantate, Betrachtung entstehender Zahnprobleme durch Osteoporose. Was muss beim Einsatz von Implantaten beachtet werden.
24.05.2025	**Delegiertenversammlung des B f O in Gelsenkirchen** Jahresabschluss 2024, Entlastung des Vorstand, Wahl eines neuen Vorstand.
16.+17.06.2025	**Workshop für Gruppenmitglieder und Interessierte** Zu folgenden Themen**:** ○ Sucht im Alltag ○ Akupressur, ○ Der Darm, 2. Gehirn ○ Bewegung und Meditation
16.06.2025	**Workshop Fußschule** Ein Modell veranschaulicht Knochen, Gelenke, Bänder und Muskeln des Fußes der uns ein Leben lang trägt.

	Gemeinseme Übungen, die Fehlstellungen entgegen-wirken wurden vorgestellt.
17.07.2025	**Workshop Atemtherapie** Das Tönen und Singen hat eine positive Wirkung auf die Gesundheit und Wohlbefinden, vertieft die Atmung und ist gleichzeitig Lungenstärkend.
18.09.2025	**Workshop Sturzprophylaxe** Im Alter, besonders mit Osteoporose ist die Sturzprophylaxe ein wichtiges Element zur Vorbeugung und Verhinderung von Knochenbrüchen.
14.10.2025	**Teilnahme am Gesundheits- Selbsthilfetag** in der Kiezspinne mit einem Info-Stand, an dem informative Gespräche mit den Teilnehmern geführt wurden.
18.10.2025	**Patientenkongress zum Weltosteoporosetag in Bremen** Aus Berlin und Brandenburg reisten die Mitglieder an. Die Vorträge informierten über: o Rheumatische Erkrankung und der Knochen o Beckenringfraktur o Radiologische Verfahren bei Wirbelsäulenschmerzen o Diagnose und Therapie des Knochenödems o Muskelschwund, Mangelernährung, Sturz o Medikamente für altere Osteoporose-Patienten der LV B/BB wurden für seine Broschüre „Lust auf Gesundheit“ mit der „Osteopo-Rose“ ausgezeichnet.
19.10.2025	**Tagung der Landesverbände BfO e. V. in Bremen** Neue Qualifikationsanforderung für Trainer des Funktionstrainings, Abrechnungsfirmen für Funktionstraining, Neue Webseite des BfO, Neuer Stand DVO Patientenleitlinie und DMP Osteoporose,
13.11.2025	**Workshop IT-Sprechstunde Sicherheit im Netz** Wie erkenne ich Phishing, Spam, SMS oder Werbung, keine Anhänge öffnen, keine persönlichen Daten preisgeben
25.11.2025	**Gruppenleiterversammlung des LV Berlin/Brandenburg** o Abrechnung Arbeitsplan 2025, Arbeitsplan 2026 o Pauschalförderung 2026 o Auswertung WOT und GdL Sitzung in Bremen

b. Teilnahme an Veranstaltungen

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

17.01.2025 Selbsthilfefachtagung des AOK Bundesvorstandes

25.11.2025 digitale Fortbildung §20h SGB V durch Sekis

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	11.410 €	Kassenübergreifende Pauschalförderung.
Bundeselbsthilfeverband	1.130 €	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 2026 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 17.06.2026 geplant mit den Themen Besichtigung einer Getreidemühle, Nepper Schlepper Bauernfänger Betrügereien im Alltag, Das Gleichgewicht von Säuren und Basen im Körper und viel Bewegung

Danksagung

Bei allen Unterstützern in unserer Arbeit im Jahr 2025 möchten wir uns bedanken.

Ein besonderer Dank gilt der LV Selbsthilfe Berlin e.V., der BKK Landesverband Mitte, der AOK Nordost, 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 6793 3541
Email: info@bfo-lv-b-bb.de

Inhaltlich verantwortlich: Angela Torzinski