

Münchner Rundbrief für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement

In dieser Ausgabe

Soziale Selbsthilfe

Soziale Selbsthilfe – Anmerkungen zur Standortbestimmung1
Neue Broschüre Soziale Selbsthilfe – Gruppen und Initiativen in München und Umgebung3

Selbsthilfe und Gesundheit

Erfolgreiche Kooperation zwischen dem Klinikum München und dem Selbsthilfzentrum4
Weiterentwicklung von Selbsthilfe-Strukturen - BKK-Selbsthilfe-Tag am 16. Oktober in Düsseldorf....4
Die Umsetzung des § 20 c SGB V zur Förderung der Selbsthilfe - Bayern ein Erfolgsmodell5
Förderung der Gesundheits-Selbsthilfe durch die Krankenkassen 2008.....6

Rechtliche Rahmenbedingungen..... 7

Service

Initiativenbörse/Gruppengründungen7
Münchner Selbsthilfetag 2009, Marienplatz..... 9

Profile: Selbsthilfegruppen stellen sich vor..... 9

Aus dem Selbsthilfzentrum

Einladung zum Neujahrsempfang des SHZ 11
Kurzübersicht Fortbildungen des SHZ 2009 12
Veröffentlichung von Veranstaltungen im einBlick ... 13

Aus dem Selbsthilfebeirat

Der neue Selbsthilfebeirat hat seine Arbeit aufgenommen 14
Vorstellung der neuen Mitglieder des Selbsthilfebeirats 14

FöBE News

Ursula von der Leyen im Interview mit taz-Chefin Bascha Mika (Auszüge) 16
Anmerkungen zur Münchner Freiwilligen messe 2009 17

Impressum

Der „einBlick – Münchner Rundbrief für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement“ erscheint 4x pro Jahr.

V.i.S.d.P.:
Klaus Grothe-Bortlik, Geschäftsführung SHZ
Selbsthilfzentrum München
Westendstr. 68
80339 München
Fon: (089) 53 29 56 - 15
Fax: (089) 53 29 56 - 49
klaus.grothe-bortlik@shz-muenchen.de

Ansprechpartner Redaktion: Erich Eisenstecken
erich.eisenstecken@shz-muenchen.de

Beiträge von GastautorInnen müssen nicht unbedingt und in allen Fällen die Meinung der Redaktion wiedergeben. Für unverlangt eingesandte Beiträge wird keine Gewähr übernommen. Mit einer (behutsamen) redaktionellen Bearbeitung ihrer Beiträge erklären sich die GastautorInnen einverstanden.

Trägerverein des Selbsthilfzentrums München: **FöSS e.V.**
(Verein zur Förderung der Selbsthilfe und Selbstorganisation e.V.)

Das Selbsthilfzentrum wird gefördert durch das Sozialreferat der Landeshauptstadt München, durch die Fördergemeinschaft der gesetzlichen Krankenkassenverbände in Bayern und durch das Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München.

Gefördert von der
 Landeshauptstadt
München

Ausgabe 4, Dezember 2008, lfd. Nr. 22

Soziale Selbsthilfe

Soziale Selbsthilfe – Anmerkungen zur Standortbestimmung

Unter dem Begriff Soziale Selbsthilfe können all jene Selbsthilfegruppen und selbst organisierten Initiativen zusammengefasst werden, die nicht im engeren Sinne mit Gesundheitsthemen bzw. der

Bewältigung der Auswirkungen einer bestimmten Krankheit verbunden sind. Im Alltagsverständnis wird Selbsthilfe immer noch vorwiegend mit Gesundheitsthemen in Verbindung gebracht, wie etwa den Anonymen Alkoholikern oder Selbsthilfegruppen zu Sucht, somatischen oder psychischen Erkrankungen. Aber bereits seit den Anfängen der Selbsthilfebewegung in den 70er Jahren waren immer auch soziale Themen wie Kindererziehung (Eltern-Kind-Initiativen), Arbeitslosigkeit, Diskriminierung von sozialen Randgruppen (MigrantInnen, Homosexuelle, Behinderte, psychisch Kranke) oder auch umweltpolitische Themen Gegenstand der Aktivitäten von Selbsthilfegruppen und selbst organisierten Initiativen. Heute befassen sich von den rund 1.500 im Raum München aktiven Selbsthilfegruppen und -initiativen etwa 600 mit Themen, die dem sozialen Bereich zugeordnet werden können.

Die Unterscheidung zwischen Gesundheitsselfhilfe und Sozialer Selbsthilfe ist eher auf die unterschiedlichen Förderbedingungen der gesundheitlichen und der Sozialen Selbsthilfe zurückzuführen als auf inhaltliche Aspekte. Für den Gesundheitsbereich ist die Förderung der Selbsthilfe seit dem Jahr 2000 gesetzlich verankert (§ 20c SGB V) und verpflichtet die Krankenkassen zur Förderung (siehe Beitrag in dieser Ausgabe). Im Bereich der Sozialen Selbsthilfe gibt es bisher leider keine gesetzliche Verpflichtung. In München fördern das Sozialreferat und das Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt bereits seit 1985 konsequent die Selbsthilfe, weil ihr Nutzen anerkannt und die Notwendigkeit einer unterstützenden Förderung durch die Kommune gesehen wird. Viele Selbsthilfeinitiativen, die einst im Sinne der Selbsthilfeförderung als einer Anschubfinanzierung für innovative Projekte von der Landeshauptstadt gefördert wurden, sind heute etablierte, unverzichtbare Bestandteile des Regelangebots in der sozialen Landschaft Münchens, wie etwa die zahlreichen Eltern-Kind-Initiativen oder die Mütter- und Familienzentren. Im Jahr 2008 wurden vom Sozialreferat vier Familienzentren und rund 50 Selbsthilfegruppen und selbst organisierte Initiativen mit einem Budget von 267.000,-- Euro gefördert. Die Familienzentren werden 2009 in die Regelförderung des Stadtjugendamtes übernommen.

Die im Dezember 2008 vom SHZ veröffentlichte Broschüre zur Sozialen Selbsthilfe (siehe Beitrag unten) macht deutlich, wie breit das Spektrum der sozialen Themen ist, mit denen sich Selbsthilfegruppen und selbst organisierte Initiativen in München befassen. Die Vielfalt des Selbsthilfebereichs widerspiegelt sich nicht nur in dem breiten Themenspektrum, das die Gruppen abdecken, sondern auch in den unterschiedlichen Erscheinungsformen. Diese reichen von klassischen Selbsthilfegruppen, in denen der Schwerpunkt der Aktivitäten auf dem Austausch in regelmäßig stattfindenden Gesprächstreffen liegt, über Gruppen, die gemeinsame Aktivitäten durchführen oder Menschen, die sich zusammenschließen, um Projekte zu realisieren bis hin zu institutionalisierten Unterstützungsnetzwerken, die sich z.T. auch eine formalrechtliche Struktur gegeben haben, wie etwa die eines Vereins oder einer Genossenschaft. Und schließlich hat auch die Entwicklung der Kommunikationsmedien (Computer und Internet) zur Entstehung neuer Formen von Selbsthilfe und Selbstorganisation geführt, wie etwa Internetforen oder Chatrooms, in denen Betroffene Informationen zu ihren jeweiligen Anliegen austauschen und sich gegenseitig unterstützen. Kurzum, das Feld der Selbsthilfe ist sehr vielfältig und komplex geworden und die Übergänge zu anderen Formen des bürgerschaftlichen Engagements und zu den institutionalisierten semiprofessionellen und professionellen Hilfen sind fließend.

Erich Eisenstecken, SHZ

Neue Broschüre Soziale Selbsthilfe - Gruppen und Initiativen in München und Umgebung

Das SHZ München bringt im Dezember eine neue Broschüre heraus, in der die Selbsthilfegruppen und selbst organisierten Initiativen aus dem sozialen Bereich in München und Umgebung aufgelistet sind. Analog zu der Broschüre „dialog“, die 2007 vom SHZ herausgegeben wurde und in der die Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich aufgeführt sind, werden in der **Broschüre „Soziale Selbsthilfe“** die sozialen Gruppen und Initiativen, nach Themenbereichen sortiert, aufgeführt. Die Themen reichen von Arbeitslosigkeit über Familie, Migration, Nachbarschaft, Wohnen bis hin zu Sucht, Sekten, Tod und Trauer.

Auf die Angabe der Kontaktadressen und Telefonnummern der einzelnen Gruppen wird – wie schon in der Broschüre zu den Gesundheitsgruppen – bewusst verzichtet, da der Bereich der Selbsthilfe eine so hohe Dynamik aufweist, dass sich ständige Änderungen der Gruppenzusammensetzungen und der AnsprechpartnerInnen ergeben. Viele Gruppen möchten auch nicht direkt in der Öffentlichkeit stehen und ziehen es vor, nur über eine vorgeschaltete Institution weitervermittelt zu werden.

Die Kontaktaufnahme zu den Gruppen, die in der Broschüre aufgeführt sind, kann über die Kontaktstelle des SHZ oder über unsere Internetseite erfolgen. Interessierte, die eine bestimmte Gruppe kontaktieren möchten oder einfach Informationen zur Selbsthilfe suchen, können sich innerhalb der Sprechzeiten telefonisch oder auch persönlich an die Kontaktstelle des SHZ wenden. Eine Kontaktaufnahme über E-Mail oder über das Anfragemodul auf der SHZ-Internetseite ist jederzeit möglich (siehe Sprechzeiten und Kontaktadressen unten).

Die **Broschüre soziale Selbsthilfe** wird am **15.12. von 16.00 – 18.00 Uhr im Rahmen einer öffentlichen Veranstaltung im SHZ in der Westendstraße 68 vorgestellt**. Bei der Veranstaltung wird u.a. Frau Angelika Simeth, Stellvertreterin des Sozialreferenten der Landeshauptstadt München, Friedrich Graffe, ein Grußwort sprechen. Im Anschluss an die Vorstellung der Broschüre werden drei VertreterInnen von Selbsthilfegruppen über ihre Aktivitäten berichten.

Interessierte sind herzlich eingeladen, müssen sich aber wegen der begrenzten Platzkapazitäten unbedingt zu der Veranstaltung anmelden. Anmeldung zur Veranstaltung: erich.eisenstecken@shz-muenchen.de oder per Telefon 089-53 29 56-16.

Die Broschüre kann beim Selbsthilfezentrum abgeholt oder bestellt werden. Ab Mitte Dezember wird sie auch als Download auf der Internetseite des SHZ zur Verfügung stehen (www.shz-muenchen.de).

Erich Eisenstecken, SHZ



Zum Textanfang

Selbsthilfe und Gesundheit

Erfolgreiche Kooperation zwischen dem Klinikum München und dem Selbsthilfezentrum München

Dieser Artikel wird in der Weihnachtsausgabe der News des Städtischen Klinikums München abgedruckt und beschreibt die Kooperation zwischen dem Klinikum und dem Selbsthilfezentrum

Projekt Selbsthilfe ist vorbildlich

Im Rahmen eines Projektes am Klinikum Schwabing arbeiten Ärzte, Pflegekräfte und Kliniksozialdienst mit Selbsthilfegruppen erfolgreich zusammen. Von einer solchen Kooperation profitieren alle Seiten – das Klinikum, die Selbsthilfe und v.a. die Patienten/-innen und deren Angehörige. Das zentrale Versorgungsmanagement der StKM regt solche Partnerschaften nunmehr in allen Klinikstandorten an. Dabei ist das Selbsthilfezentrum München (SHZ) als Unterstützungsstelle und eine Art Brückeninstanz gefragt, um die Kommunikation zwischen Klinik und Selbsthilfe zu befördern und eine gewinnbringende Zusammenarbeit vorzubereiten. Das SHZ vermittelt Kontaktadressen und Informationen zu zahlreichen Selbsthilfevereinigungen, die sich mit gesundheitsbezogenen, psychosozialen oder sozialen Themen befassen und unterstützt diese mit Räumen, Beratung und Fortbildung. Gemeinsam mit dem Kliniksozialdienst stellt das SHZ regelmäßig das Angebot der Selbsthilfe zu unterschiedlichen Krankheitsbildern vor. Referenten/-innen aus dem Medizinbereich informieren Selbsthilfegruppen, umgekehrt profitieren die Fachleute von dem Erfahrungswissen der Betroffenen.

Neue Partnerschaften in der stationären Gesundheitsversorgung

Das Versorgungsmanagement sieht Selbsthilfe als komplementäre Unterstützung beim Prozess der Behandlung und Gesundung. Unter dem Stichwort Patientenorientierung ist die Verpflichtung zur Einbindung von Selbsthilfe in die professionelle Versorgung gesetzlich festgeschrieben. Auch im Rahmen des Qualitätsmanagements wird auf die Qualität der Zusammenarbeit mit Selbsthilfe ein größeres Augenmerk gelegt. So hat z.B. KTQ ein eigenes Kernkriterium in das KTQ-Bewertungsmanual aufgenommen. Damit Kliniken und Selbsthilfe weiterhin voneinander lernen können, ist es wichtig, die guten Kontakte zu erhalten und die Kooperation nach dem Schwabinger Vorbild strukturell in allen Klinikstandorten zu verankern.

Weiterentwicklung von Selbsthilfe-Strukturen - BKK Selbsthilfe-Tag am 16. Oktober in Düsseldorf

Der diesjährige Selbsthilfe-Tag des BKK Bundesverbandes befasste sich mit dem § 20c SGB V und Netzwerken in der Selbsthilfe. Das Selbsthilfezentrum war eingeladen, auf dem Podium über die zahlreichen gelungenen Kooperationen zwischen SHZ mit Kliniken, Arztpraxen, Berufsverbänden in der medizinischen Versorgung, Apothekerverbänden und Gesundheitseinrichtungen zu berichten. Bayern und München waren bei diesem Podiumsgespräch als Vorbild für die BRD vertreten. Herr Dr. Scholze berichtete über die Aktivitäten der Kassenärztlichen Vereinigung Bayern, mit der das SHZ eng zusammenarbeitet. Herr Dr. Rachor von der Hypovereinsbank BKK berichtete von den guten Erfahrungen am „Runden Tisch zur Förderung von Selbsthilfegruppen“ in München und Frau Lassel über die Arbeit der LAG Selbsthilfe Bayern.

Nähere Informationen erhalten Sie unter: www.bkk.de oder von eva.kreling@shz-muenchen.de.

 [Zum Textanfang](#)

Die Umsetzung des § 20 c SGB V zur Förderung der Selbsthilfe – Bayern ein Erfolgsmodell !

Im § 20 c SGB V wird die Förderung von Selbsthilfegruppen, -organisationen und Kontaktstellen geregelt. Die vorgeschriebenen 0,55 € pro Versichertem, die die Krankenkassen für Selbsthilfe zur Verfügung stellen müssen, fließen ab 2008 zu mindestens 50 % in eine „kassenübergreifende Gemeinschaftsförderung“ – maximal 50 % behält die jeweilige Krankenkasse als „individuelle Förderung“, über die sie frei verfügt. Im Gesetz heißt es: *„Über die Vergabe der Fördermittel aus der Gemeinschaftsförderung beschließen die Krankenkassen und ihre Verbände auf der jeweiligen Förderebene gemeinsam nach Maßgabe der in Absatz 2 Satz 1 genannten Grundsätze und nach Beratung mit den zur Wahrnehmung der Interessen der Selbsthilfe jeweils maßgeblichen Vertretungen und Selbsthilfegruppen, -organisationen und -kontaktstellen“* Welch ein Satz! Allein dieser Text steht symbolisch für die enormen Schwierigkeiten an der Basis, das Gesetz umzusetzen.

In Bayern halfen uns die gewachsenen Strukturen zur Förderung, die wir Kontaktstellen mit den gesetzlichen Krankenkassen kontinuierlich seit 2001 aufgebaut hatten. Es gab bereits sieben so genannte „Runde Tische zur Förderung von Selbsthilfegruppen im kommunalen Bereich“ (als Vorreiter München seit Anbeginn), die wir in einem Kraftakt flächendeckend auf 12 Regionen in Bayern erweiterten. Die Vergabe von Geldern an Kontaktstellen und Selbsthilfeorganisationen auf Landesebene war bereits über eine so genannte „Gemeinschaftsförderung“ erfolgt und mit Qualitätsstandards für Kontaktstellen geregelt.

Auf dieser Grundlage gelang es den gesetzlichen Krankenkassen und Kontaktstellen in Bayern gemeinsam mit SelbsthilfevertreterInnen, den § 20 c SGB V so umzusetzen, dass insbesondere auch die Selbsthilfegruppen vor Ort flächendeckend AnsprechpartnerInnen vorfanden und die Kassen ihre Fördergelder – auch die der so genannten „individuellen Förderung“ – vorbildlich einsetzten.

Wie viel Stunden an Sitzungen und Ausarbeitung von Ideen und Beschlüssen hier von allen Seiten einfließen, ist kaum noch zu beziffern. Wir haben es sogar geschafft, ein einheitliches Formular und einheitliche Förderkriterien für Selbsthilfegruppen in Bayern zu entwickeln – und das demokratisch in Abstimmung mit allen involvierten Kontaktstellen, SelbsthilfevertreterInnen der „Runden Tische“ und KrankenkassenvertreterInnen.

Am Ende können wir stolz sein auf das bayerische Modell – insbesondere im bundesweiten Vergleich, wo Selbsthilfegruppen durch die Regelung 50% zu 50% aufgeben mussten und Selbsthilfeorganisationen am Existenzminimum arbeiten.

Ich danke an dieser Stelle allen Beteiligten für ihr Durchhaltevermögen und ihren Einsatz!

Eva Kreling, SHZ

Vorstand im Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern

Förderung der Gesundheits-Selbsthilfe durch die Krankenkassen 2008

Gesetzliche Krankenkassen fördern bereits seit vielen Jahren die Arbeit von gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen. Durch die Neufassung der gesetzlichen Grundlage (§ 20c SGB V), die seit 2008 gilt, ist das Förderwesen für die Gruppen übersichtlicher und einfacher geworden.

Die Selbsthilfegruppen müssen nun nicht mehr an jede Krankenkasse einzeln Anträge stellen, sondern können mit einem Antrag eine abgestimmte Förderung von allen gesetzlichen Krankenkassen, die am sogenannten „Runden Tisch“ zusammenarbeiten, erhalten.

Die Anträge werden von 12 Selbsthilfekontaktstellen in Bayern koordiniert und aufbereitet. Diese übernehmen für ihre jeweilige Region die Beratung zur Antragsstellung und die Vorbereitung der Antragsunterlagen für die Vergabebesitzung. Dabei sind die Selbsthilfekontaktstellen rein koordinierend tätig, sie haben keine Entscheidungsbefugnis über die Vergabe der Gelder. Ebenfalls in beratender Funktion ins Förderprozedere eingebunden sind seit 2008 auch Vertreter von Selbsthilfegruppen. Das Selbsthilfezentrum München ist ab 2008 mit der Koordination der Region München betraut. Dazu gehören die Stadt und der Landkreis München sowie die Landkreise Starnberg, Landsberg am Lech, Dachau, Fürstenfeldbruck, Freising, Erding und Ebersberg.

Der „Runde Tisch“ in München besteht aus einer Arbeitsgemeinschaft mit folgenden Teilnehmern: Gesetzliche Krankenkassen der Region München (AOK, VdAK, BKK, IKK, LKK, Knappschaft), das Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München, der Bezirk Oberbayern, Vertreter von Selbsthilfegruppen und das Selbsthilfezentrum München.

Die erfreuliche Bilanz der Förderung 2008:

- 294 Selbsthilfegruppen haben Förderung erhalten
- 53 Krankenkassen und der Bezirk finanzieren mit insgesamt 238.762,-- € diese Gruppen
- Die Kassen übernehmen hiervon 230.184,-- €, der Bezirk Oberbayern für einige Gruppen aus dem Bereich Sucht und Psychiatrie 8.578,-- €
- Darüber hinaus wurden zahlreiche Gruppen von einigen Kassen durch sächliche Leistungen in Form von kostenlosen Kopien für Flyer oder die Bereitstellung von Räumen und Medien unterstützt.
- Neben der Förderung durch die Krankenkassen stellt das Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München 99.900,-- € für die Selbsthilfe (Gruppen und Organisationen) zur Verfügung.

Bei allen Fragen zur Antragstellung an die Krankenkassen kann man sich wenden an:
Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München
Mirjam Unverdorben und Kristina Jakob, Tel. 089 / 53 29 56 -17 bzw. -12
e-mail: mirjam.unverdorben@shz-muenchen.de / kristina.jakob@shz-muenchen.de

2009 wird es in ganz Bayern einen einheitlichen Antrag und einheitliche Förderkriterien für Selbsthilfegruppen geben. Gemeinsamer Antragschluss ist der 31. März 2009. Das neue Antragsformular kann ab 1. Dezember von unserer homepage: www.shz-muenchen.de heruntergeladen werden.

Mirjam Unverdorben, SHZ

 Zum Textanfang

Rechtliche Rahmenbedingungen von Selbsthilfe

Unter diesem Titel fand im November eine Fortbildungsveranstaltung statt, die sich vor allem mit der Rechtsstellung und mit Haftungsfragen von Selbsthilfegruppen befasste.

Auch wenn Selbsthilfegruppen nicht als eingetragene Vereine oder Verbände organisiert sind, sind sie keine Einzelpersonen sondern Gruppen mit Ziel und Struktur. Die Gesetzeslage kennt aber keine „Selbsthilfegruppe“. Man hat sich daher inzwischen weitgehend darauf verständigt, dass der Terminus der „Gesellschaft bürgerlichen Rechts“ (so genannte „BGB-Gesellschaft“) am ehesten auf die meisten Formate von Selbsthilfegruppen zutrifft.

Daraus ergeben sich Konsequenzen sowohl im Außen- als auch im Innenverhältnis, die im Alltagsgeschäft allerdings meist nicht zu Tragen kommen – es geht alles seinen gewohnten Gang, es gibt keine außergewöhnlichen Zwischenfälle, man macht sich über die rechtlichen Rahmenbedingungen eigentlich keine Gedanken.

In der Regel funktioniert das ja auch ganz gut und es passiert tatsächlich kaum etwas gravierendes, und wenn, lässt es sich meist in gutem Einvernehmen klären.

Trotzdem hat die Veranstaltung gezeigt, dass latent viele Fragen zu diesen Themenkomplexen (Befugnisse, Verantwortung, Haftung, Schadenabwicklung etc.) „schlummern“. So freut es mich, dass wir dieses Seminar im SHZ wieder auflegen konnten und sich eine fruchtbare Zusammenarbeit mit Frau Rechtsanwältin Renate Mitleger-Lehner, einer kompetenten Fachreferentin ergeben hat. Wir werden es im nächsten Jahr wiederholen (s. Fortbildungsangebote des SHZ).

Und ich freue mich sehr, Ihnen schon jetzt eine Rechtsbroschüre für 2009 ankündigen zu können, die sich mit allen diesen Themen ausführlich befasst und diese leicht verständlich darstellt. Ich verspreche wohl nicht zu viel, wenn ich sage, dass dies ein neues Standardwerk für Selbsthilfegruppen werden könnte. Näheres erfahren Sie natürlich wieder hier im einBlick.

Klaus Grothe-Bortlik, Geschäftsführung SHZ


Service

Initiativenbörse / Gruppengründungen 12 / 2008

Hartz IV Orchester

Die Initiative befindet sich im Aufbau und sucht noch Interessierte, die in einem Playback Orchester mitmachen möchten. Gesucht werden alle Talente, alle Musikinstrumente, Schauspieler, Techniker für Ton, Licht Bühneneffekte, Computer, Helfer für Marketing, Organisation und Verwaltung. Kontaktaufnahme unter der Internetadresse: www.H4Or.ch oder über die Kontaktstelle des SHZ: Tel. 089 53 29 56-11.



 [Zum Textanfang](#)

Neu! SHG „Polyneuropathie“

Im Selbsthilfezentrum wird eine Selbsthilfegruppe für Menschen, die unter „Polyneuropathie“ leiden, gegründet. Wer Interesse hat sich in einer Selbsthilfegruppe zum Thema Erfahrungen und Informationen auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen, soll sich bitte im SHZ melden, wir vermitteln dann den Kontakt zur Gruppengründerin.

Kontakt zur Gruppe über die Kontaktstelle des SHZ: Tel. 089 53 29 56-11.

Die Selbsthilfegruppen „Manisch-Depressiv“

Gruppe 1 (jeden Mittwoch um 18 Uhr) **und Gruppe 3** (jeden 2. + 4. Donnerstag, 18 Uhr) haben zur Zeit noch Plätze frei.

Kontakt zur Gruppe 1 über Tel. 089 26 45 94,

Kontakt zur Gruppe 3 über Tel. 089 680 70 212

oder über die Kontaktstelle des SHZ: Tel. 089 53 29 56-11

Die Selbsthilfegruppe „Esoterik-Sucht“

Wahrsage-, Kartenlegen-, Hellseh-Sucht ist im Aufbau und sucht noch weitere Mitglieder. Kontakt zur Gruppe über Tel. 089-70 92 90 40

oder über die Kontaktstelle des SHZ: Tel. 089 53 29 56-11

Die „Selbsthilfegruppe für Menschen, die einen Angehörigen in einer Sekte haben“

ist gerade im Aufbau und sucht noch weitere Mitglieder zum Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung.

Kontakt zur Gruppe über die Kontaktstelle des SHZ: Tel. 089 53 29 56-11

Die Selbsthilfegruppe für „erwachsene Adoptierte“

hat noch Plätze frei. Die Gruppe ist nur für Menschen, die selbst in ihrer Kindheit adoptiert worden sind.

Kontakt zur Gruppe über die Kontaktstelle des SHZ: Tel. 089 53 29 56-11

Die „Anonymen Neurotiker“

Hauptsächlich spanisch sprechende 12-Schritte-Gruppe, hat noch Plätze frei.

Die neuen Meeting-Zeiten im SHZ sind:

Montags von 10-12 und am Freitag von 18-20 Uhr.

Kontakt zur Gruppe über Tel. 0160 793 62 87

Neu! Die Eltern-Selbsthilfegruppe „Sexuelle Übergriffe unter Kindern“

Eine Selbsthilfegruppe von Eltern, deren Kind „Opfer“ von sexuellen Übergriffen unter Kindern wurde (in Kindergarten, Schule, privat).

Die Gruppe möchte folgendes anbieten: Erfahrungsaustausch, hilfreiche Tipps im Umgang mit betroffenen Institutionen (Anwälte, Staatsanwaltschaft, Jugendamt, Kinderschutzbund, Schulamt, u.v.a.), wertvolle Anregungen im Umgang mit den Menschen aus dem unmittelbaren sozialen Umfeld (Freunde, Lehrer, Erzieher, Nachbarn, Familie), Zeit zum Zuhören (auch außerhalb von sog. Sprechzeiten), Ideenaustausch bzgl. Präventionsmaßnahmen (z.B. Öffentlichkeitsarbeit), das Gefühl vermitteln, dass man nicht die einzige Familie ist, die dieses Problem hat.

Kontakt zur Gruppe über die Kontaktstelle des SHZ: Tel. 089 53 29 56-11

Neue Veranstaltungen

Vorankündigung: Münchner Selbsthilfetag 2009 wieder auf dem Marienplatz!

Eine gute Nachricht für die Münchner Selbsthilfegruppen und Initiativen:

Im kommenden Jahr findet auf vielfachen Wunsch wieder ein Selbsthilfetag auf dem Marienplatz statt. Am Samstag, **25.07.2009 von 10 bis 16 Uhr** ist es soweit: Selbsthilfegruppen aus den unterschiedlichsten Bereichen werden an rund 50 Info-Ständen ihre Arbeit einer breiten Öffentlichkeit präsentieren. Gesundheit – Behinderung – Migration – Sucht – Frauen/Männer – Psychosoziale Probleme – Eltern-Kind-Bereich – Umwelt, zu all diesen Themen bieten Selbsthilfegruppen Informationen und Beratung von Betroffenen für Interessierte. Darüber hinaus wird auch Einrichtungen, die mit dem Selbsthilfe-Konzept arbeiten, Gelegenheit gegeben, ihr Angebot vorzustellen.

Die Fülle und Vielgestaltigkeit der Selbsthilfe in München bekommt an diesem Tag ein Gesicht. Bürgerinnen und Bürger erhalten einen lebendigen und informativen Einblick in Möglichkeiten und Chancen bürgerschaftlichen Engagements in der Selbsthilfe – zum Nutzen für sich und für die Gemeinschaft.

Das Selbsthilfezentrum veranstaltet den Selbsthilfetag gemeinsam mit dem Sozialreferat der Landeshauptstadt München unter der Schirmherrschaft von Frau Bürgermeisterin Christine Strobl.

Einladungen zur Beteiligung gehen Anfang 2009 an alle Gruppen und Initiativen und die einBlick-Redaktion hält Sie natürlich über alles Wissenswerte auf dem Laufenden.

Mirjam Unverdorben, SHZ



Profile – Selbsthilfegruppen stellen sich vor

Name der Gruppe: „SHG 18-30 Jung und Depressiv“

Das Gruppenthema: „Depression“

Junge Menschen zwischen 18 und 30 Jahren, die Depressionen und Ängste haben, treffen sich wöchentlich im Selbsthilfezentrum, um sich auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen. Dabei wird das Thema der Gruppe eher weit ausgelegt: Depression kann als Haupt- oder Nebenerkrankung diagnostiziert sein, auch Personen mit verwandten psychischen Erkrankungen sind willkommen.

Depressionen können sich durch viele unterschiedliche Symptome äußern. Meistens liegt eine Grundtraurigkeit oder melancholische Grundstimmung vor. Das heißt nicht, dass man nicht auch immer wieder positive Dinge sehen und annehmen kann – in der Gruppe wird z.B. auch oft gelacht - aber der Hauptanteil der Gefühle ist Traurigkeit.

Viele Betroffene berichten von Antriebslosigkeit, von Schwierigkeiten, den Alltag zu bewältigen. Auch im Zwischenmenschlichen Bereich treten häufig Probleme auf. Pessimistische Gedanken in Bezug auf die persönliche Zukunft können in ein Gefühl der Hoffnungslosigkeit münden.

Ziele der Gruppe

Gegen Hoffnungslosigkeit und für neue Perspektiven steht der regelmäßige Besuch der Selbsthilfegruppe. Das verleiht der Woche Struktur, man hat einen festen Termin, der Halt gibt und auf den man sich freut.

Die Teilnehmer geben untereinander Erfahrungen weiter, wie sie mit der Erkrankung besser umgehen lernen und unterstützen sich in allen Fragen des täglichen Lebens. Und diese Alltagsfragen- und Probleme sind bei jungen Menschen oft andere als bei älteren Betroffenen. Insbesondere das

[☒ Zum Textanfang](#)

Thema der beruflichen Zukunft hat noch einen anderen Stellenwert als bei Menschen, die bereits in Rente sind oder bei denen die mögliche Frühverrentung aufgrund der Erkrankung ins Haus steht.

Natürlich gibt es auch Themen, die altersübergreifend relevant sind, z.B. die Frage nach Medikamenten und Therapiemöglichkeiten, aber die vergleichbare Lebenswelt gleichaltriger Gruppen schafft eine besondere Ebene des gegenseitigen Verstehens. So sind beispielsweise Probleme im Umgang mit den Erwartungen und Wünschen der Eltern oder das Thema Partnersuche und Familienplanung insbesondere für junge Menschen aktuell.

Die Mitglieder der Gruppe

Die Gruppe im Selbsthilfezentrum wurde vor 1½ Jahren gegründet und hat sich nach einigen Anlaufschwierigkeiten mittlerweile fest etabliert. Für Menschen mit depressiver Erkrankung ist es oft besonders schwer, sich zu motivieren, in eine Gruppe zu gehen - und das auch noch regelmäßig. Aber die Teilnehmer von 18-30 Jung und Depressiv, die dieses „Wagnis Selbsthilfegruppe“ eingegangen sind, haben einen so großen persönlichen Nutzen daraus gezogen, der ihnen die Antriebslosigkeit Woche für Woche überwinden hilft.

Die Altersgrenze von 30 Jahren wird nicht absolut, sondern eher fließend gesehen.

So arbeitet die Gruppe miteinander

Wie in allen Selbsthilfegruppen, in denen über sehr persönliche Dinge geredet wird, ist auch in der SHG 18-30 Jung und Depressiv die oberste Regel „Was hier besprochen wird, kommt nicht nach außen“. Auch der Ablauf des Gruppenabends gestaltet sich nach der in Gesprächsgruppen seit vielen Jahren erprobten Methode: Am Anfang steht das „Blitzlicht“, bei dem man erzählen kann, wie die vergangene Woche war, und wie es einem gerade geht. Meistens kristallisiert sich in dieser kurzen Runde ein aktuelles Thema heraus, das dann recht informell miteinander besprochen wird.

Häufige Inhalte der Gespräche sind u.a. die Suche nach einem Arzt, Therapeuten oder dem richtigen Medikament, Probleme im Beruf, Beziehungsschwierigkeiten oder der Austausch darüber, was in der Lebensgestaltung hilfreich und entlastend wirken kann, wie beispielsweise Sport, Musik etc.

Eine weitere zentrale Funktion der Gruppe ist die gegenseitige Unterstützung in besonders krisenhaften Lebensabschnitten. Menschen mit Depressionen haben oft weniger Ressourcen als Gesunde zur Verfügung, um mit Lebenskrisen, wie z.B. einer schweren Erkrankung einer nahe stehenden Person, fertig zu werden. Das Erleben von wohlwollender, verständnisvoller Gemeinschaft kann neue Kraft freisetzen, die auch schwierige Situationen zu meistern hilft.

„Das bringt mir die Gruppe“ – Aussagen von Gruppenmitgliedern

- „... die Gruppe ist für mich wie ein Leuchtturm am Ende der Woche. So ein Haltepunkt, ein fester Termin und sie gibt mir Struktur ...“
- „... wir ziehen uns nicht gegenseitig runter, sonst würden wir ja gar nicht herkommen, sondern wir tun uns überwiegend gut ...“
- „... ich habe Leute kennen gelernt, die mich verstehen ...“
- „... ich bekomme Bestätigung, dass das was ich tue, nicht so verkehrt sein kann, weil es auch anderen hilft ...“
- „... ich habe gelernt, dass Depression eine Krankheit ist, für die man sich nicht schämen braucht ...“
- „... der Raum im Selbsthilfezentrum ist schön, es ist sehr gut, dass er kostenlos ist ...“

Wann und wo sind die Treffen?

Die Gruppe trifft sich jeden Freitag von 20.15 bis 22.15 Uhr im Selbsthilfezentrum München, Westendstraße 68, Gruppenraum 2 im Dachgeschoss.

[☒ Zum Textanfang](#)

Kontakt

Kathleen: 0170-54 23 023, David: 0176-64 28 84 13

Das letzte Wort hat die Gruppe

Überwinde die Hemmschwelle, komm in die Gruppe, komm wie du bist, hör zu oder mach mit, ganz wie du willst!

Weitere Kontakte zum Thema Depression:

A. Selbsthilfegruppen (SHG)

- Depression – SHG: Kontakt über Selbsthilfezentrum: Tel. 089 - 53 29 56-11, info@shz-muenchen.de
- Vertrauenspersonen – Angehörige von Manisch-Depressiven und Depressiven. Kontakt über Selbsthilfezentrum: Tel. 089 - 53 29 56 11, info@shz-muenchen.de
- Depressions-SHG für junge Frauen im FTZ (FrauenTherapieZentrum e.V.), Tel. 089 - 74 73 70 – 0, www.ftz-muenchen.de
- Sucht-Depressions-SHG im Club 29, Tel. 089 – 59 98 930, www.club29.net
- Selbsthilfegruppen zum Thema Manisch-Depressiv: Kontakt über Selbsthilfezentrum: Tel. 089 - 53 29 56-11, info@shz-muenchen.de
- Weitere Selbsthilfegruppen zum Thema Depression im Umland: Kontakt über Selbsthilfezentrum: Tel. 089 - 53 29 56-11, info@shz-muenchen.de

B. Einrichtungen/Vereine

- Münchner Bündnis gegen Depression: Tel. 089 – 54 04 51 20, muenchen@buendnis-depression.de
- Horizonte e.V. Verein zur Förderung affektiv Erkrankter: Beratungs-Hotline: 0700 – 55 22 88 22, www.verein-horizonte.de
- MüPE e.V. Münchner Psychiatrie-Erfahrene: Tel. 089 – 260 230 25, www.muepe.org
- Beratung, Unterstützung und teilweise auch angeleitete Gruppen über die örtlichen Sozialpsychiatrischen Dienste. Kontakt über Selbsthilfezentrum: Tel. 089 - 53 29 56-11, info@shz-muenchen.de
- Krisendienst Psychiatrie München: Tel. 089 – 729 59 60, www.krisendienst-psychiatrie.de

Aus dem Selbsthilfezentrum

Einladung zum Neujahrsempfang 2009 des SHZ

Traditionell gilt auch dieses Jahr: Wir wollen keinen zusätzlichen Terminstress im Dezember, sondern in aller Ruhe gemeinsam feiern im Januar.

So laden wir alle Selbsthilfegruppen ein, die sich im SHZ treffen und alle, die mit dem SHZ übers Jahr zusammenarbeiten, aber auch KollegInnen aus mit uns kooperierenden Einrichtungen, am **Mittwoch, den 14. Januar 2009 von 19-22 Uhr** wieder gemeinsam den Start des neuen Jahrs zu

 [Zum Textanfang](#)

feiern. Die Vorstände des FöSS e.V. und die MitarbeiterInnen des SHZ fänden es schön, wenn an diesem Abend wieder alle miteinander ins Gespräch kommen. Falls Sie Lust dazu haben, können Sie den Abend natürlich wieder mit kulturellen Beiträgen „würzen“ (Beiträge bitte bei uns vorher anmelden).

Wir bitten (für die Planung) uns bis spätestens Donnerstag, den 8. Januar mitzuteilen, wie viele Personen aus welcher Gruppe voraussichtlich teilnehmen möchten. (Tel. 089-53 29 56 11 oder info@shz-muenchen.de)

Wir freuen uns, am 14.1.08 wieder mit möglichst vielen selbsthilfeengagierten Menschen im SHZ zu feiern!

Ihre/Eure FöSS e.V. – Vorstände und das SHZ-Team



Kurzübersicht der Fortbildungsangebote des SHZ 2009

Ausführliche Beschreibungen der einzelnen Fortbildungsangebote finden Sie auf den Internetseiten des SHZ unter: www.shz-muenchen.de .

Vereinsrecht für Selbsthilfegruppen

Freitag, 13. Februar 2009, 9.00 - 16.00 Uhr

Seminarleitung: Klaus Grothe-Bortlik, Dieter Harant (GF IBPro)

Führen und Leiten in Selbsthilfegruppen

Donnerstag, 12. März 2009, 10.00 - 16.00 Uhr oder alternativ

Donnerstag, 24. September 2009, 10.00 - 16.00 Uhr

Seminarleitung: Erich Eisenstecken

Was Gruppen bewegt (Gruppendynamik besser verstehen)

Samstag, 28. März 2009, 9.00 - 16.00 Uhr

Seminarleitung: Klaus Grothe-Bortlik

Neue Mitglieder in der Selbsthilfegruppe – Lust, Last oder Frust?

Samstag, 04. April 2009, 13.00 – 17.00 Uhr oder alternativ

Samstag, 28. November 2009, 13.00 - 17.00 Uhr

Seminarleitung: Frank Meinhold

Kooperationen mit ÄrztInnen, ApothekerInnen und Kliniken – wie können Sie gelingen?

Freitag, 08. Mai 2009, 10.00 - 16.00 Uhr

Seminarleitung: Eva Kreling

Lebendiges Lernen in Selbsthilfegruppen

Samstag, 27. Juni 2009, 11.00 - 18.00 Uhr

Seminarleitung: Mirjam Unverdorben, Frank Meinhold

 [Zum Textanfang](#)

**Schwierige Situationen als Chance nutzen -
Zum Konstruktiven Umgang mit Konflikten in Selbsthilfegruppen**

Samstag, 12. September 2009, 9.30 - 17.00 Uhr und
Sonntag, 13. September 2009, 9.30 - 13 Uhr
Seminarleitung: Cornelia Hönigschmid

Rechtliche Rahmenbedingungen von Selbsthilfegruppen

Freitag, 13. Oktober 2009, 13.30 - 17.30 Uhr
Seminarleitung: Klaus Grothe-Bortlik, RAin Renate Mitleger-Lehner

Wohlfühltag für Gruppenleiter: Entlasten - Entspannen - Auftanken

Samstag, 21. November 2009, 10.00 - 16.00 Uhr
Seminarleitung: Mirjam Unverdorben, Kristina Jakob

Die Fortbildungsangebote des Selbsthilfezentrums München richten sich an Personen, die eine Selbsthilfegruppe leiten oder in der Gruppe eine spezielle Funktion wahrnehmen. Das Selbsthilfezentrum München kann die Fortbildungsveranstaltungen dank der Unterstützung der Landeshauptstadt München und der Fördergemeinschaft der Krankenkassenverbände in Bayern kostenfrei anbieten.

Fragen und Anmeldungen zu den jeweiligen Veranstaltungen richten Sie bitte an die Seminarleiterinnen mit Angabe Ihres Namens, der Gruppe der Sie angehören, Adresse, Telefonnummer und E-Mail-Adresse, unter der wir Sie erreichen können.

Da alle Veranstaltungen eine begrenzte Teilnehmerzahl haben, bitten wir Sie, sich rechtzeitig anzumelden. Anregungen für gewünschte Fortbildungen im Bereich Selbsthilfe nimmt das Selbsthilfezentrum München gerne entgegen und wird sie möglichst in das nächste Programm aufnehmen.

Alle Veranstaltungen finden statt im Veranstaltungsraum (EG) des

Selbsthilfezentrum München
Westendstraße 68
80339 München

Frank, Meinhold, SHZ

Veröffentlichung von Veranstaltungen im „einBlick“:

Selbsthilfegruppen können ab sofort ihre Veranstaltungen, die im Selbsthilfezentrum stattfinden, in unserer Publikation „einBlick“ bewerben (dies gilt nicht für die regelmäßigen Gruppentreffen, da dies den Rahmen sprengen würde). Da der „einBlick“ ca. alle drei Monate erscheint, ist eine längerfristige Planung wichtig. Ansprechpartner für die Veröffentlichung ist Erich Eisenstecken, der alle Beiträge koordiniert: Telefon: 089 – 53 29 56 -16.

Mirjam Unverboden und Kristina Jakob, SHZ

Aus dem Selbsthilfebeirat

Der neue Selbsthilfebeirat hat seine Arbeit aufgenommen

Der neue Selbsthilfebeirat hat seit September 2008 seine Arbeit aufgenommen. Bei der Sitzung des Beirats im Oktober begrüßte Frau Angelika Simeth, Stellvertreterin des Sozialreferenten der Landeshauptstadt München, die neuen Beiratsmitglieder und verwies auf die Bedeutung des Selbsthilfebeirats als wichtiges beratendes Gremium für die Stadt in allen Fragen der Selbsthilfe.

Bei den drei vergangenen Sitzungen im September, Oktober und November wurden die neuen Beiratsmitglieder und ihre jeweiligen VertreterInnen in die Aufgaben des Selbsthilfebeirats eingewiesen. Sie begannen aber auch schon mit viel Engagement und Sachverstand ihre Arbeit. Es wurden vier Neuanträge von Selbsthilfegruppen begutachtet. Hierfür wurden VertreterInnen der Initiativen zur Vorstellung der Aktivitäten ihrer jeweiligen Gruppe in den Selbsthilfebeirat eingeladen, die den Beiräten Rede und Antwort zu den Förderanträgen standen, die diese erstmals an das Sozialreferat der Landeshauptstadt München richten. Für alle vier Anträge wurde eine positive Empfehlung abgegeben.

Darüber hinaus wurden vom Selbsthilfebeirat zwei Stellungnahmen verfasst und an den Stadtrat bzw. das Referat für Gesundheit um Umwelt der Landeshauptstadt München weitergeleitet. Eine Stellungnahme betrifft ein Modellprojekt, welches das Selbsthilfezentrum München und die Hochschule München, Fakultät für angewandte Sozialforschung in den kommenden drei Jahren durchführen möchte und das im Dezember dem Stadtrat zur Entscheidung vorgelegt wird (wir berichteten über die vorbereitenden Aktivitäten zu dem Modellprojekt in der Dezember-Ausgabe 2007 des einBlick). Das Projekt befasst sich mit der Zusammenarbeit von Sozialer Arbeit und Selbsthilfe. Die zweite Stellungnahme betrifft die Verankerung von Selbsthilfe in der neuen Leitlinie Gesundheit, des Entwicklungskonzeptes PERSPEKTIVE MÜNCHEN. Im Entwurf der Leitlinie wird Selbsthilfe explizit als eine wichtige Ergänzung im Gesundheitssystem gewürdigt. Der Beirat befürwortet die Hervorhebung der Selbsthilfe in der Leitlinie und macht einige Ergänzungsvorschläge hinsichtlich der Unterstützungserfordernisse für die Selbsthilfeinitiativen.

Erich Eisenstecken, SHZ

Vorstellung der neuen Mitglieder des Selbsthilfebeirats

Bereits in der September-Ausgabe des einBlick haben wir damit begonnen, unseren Lesern die neuen Mitglieder des Selbsthilfebeirats vor zu stellen. In dieser und den folgenden Ausgaben werden wir Ihnen nach und nach alle Beiräte und deren Vertretungen vorstellen.

Wie bereits berichtet, besteht der Selbsthilfebeirat aus 9 Mitgliedern. Vier von den Münchner Selbsthilfeinitiativen gewählten VertreterInnen, vier von der Landeshauptstadt München bestellten VertreterInnen und einem unabhängigen Experten. Die VertreterInnen im Beirat decken vier Fachbereiche ab: Gesundheit, Soziales, Migration, Familie (und Eltern-Kind-Initiativen). Aufgabe der Beiräte ist es aber natürlich, über die genannten Themenschwerpunkte hinaus, die Anliegen der Selbsthilfe und der zahlreichen Gruppen und Initiativen in München zu vertreten.

[☒ Zum Textanfang](#)

Die Selbsthilfebeiräte sind über die Homepage des Selbsthilfebeirates (www.selbsthilfebeirat-muenchen.de) oder über die Geschäftsführung des Selbsthilfebeirates zu erreichen (im Selbsthilfezentrum München: Ansprechpartner - Erich Eisenstecken, erich.eisenstecken@shz-muenchen.de, Telefon 089-53 29 56-16).

Neu im Selbsthilfebeirat



Dr. Ing. Landry Ndogmo

Afrika-Zentrum
Jahrgang 1969, Bauingenieur

Herr Dr. Ndogmo gehört zu den gewählten Mitgliedern des Selbsthilfebeirats und wurde für den Bereich Migration gewählt. Durch sein langjähriges Engagement im Afrikazentrum kennt er die Anliegen der Selbsthilfegruppen, in denen sich Personen mit Migrationshintergrund organisieren.

Mit seinem Engagement im Selbsthilfebeirat möchte Herr Ndogmo dazu beitragen, dass die Arbeit von Selbsthilfegruppen mit Migrationshintergrund in der breiten Öffentlichkeit besser bekannt gemacht wird. Darüber hinaus will er die Gruppen dabei unterstützen, in die städtischen Förderprogramme aufgenommen zu werden.

Christel Riemer-Metzger

Jahrgang 1954, 1 Sohn Jahrgang 1988, seit 1979 in München. Ausbildung: Diplom-Soziologin, Zusatzausbildung für Moderation, Organisationsentwicklung und Familientherapie. Seit 1989 bei MAG's - Münchner Aktionswerkstatt G'sundheit tätig. Arbeitsschwerpunkte bei MAG's: Stadtteil-Gesundheitsförderung (derzeit vor allem in Giesing), Projektentwicklung und -begleitung, Initiierung, Durchführung und Begleitung von Beteiligungsprozessen, Förderung von Bürgerschaftlichem Engagement.



Frau Riemer Metzger gehört zu den berufenen VertreterInnen im Selbsthilfebeirat und wurde für den Bereich Soziales benannt. Ihre vielfältigen Erfahrungen sowohl im Sozial- als auch im Gesundheitsbereich werden hilfreich sein, die Selbsthilfeinitiativen in beiden Bereichen zu unterstützen und sich für die Belange der Selbsthilfe bereichsübergreifend einzusetzen.

Erich Eisenstecken,
Vertreter des SHZ im Selbsthilfebeirat

Ursula von der Leyen im Interview mit taz-Chefin Bascha Mika

(Auszüge, zusammengestellt von Dr. Gerlinde Wouters, FÖBE)

Seit 2007 wird bürgerschaftliches Engagement staatlich gefördert. Sollen die Deutschen mehr Gemeinsinn entwickeln?

Viele würden mehr tun, wenn sie wüssten wo und wie. 30 Prozent der Menschen über Sechzig engagieren sich, aber ein weiteres Drittel würde es ebenfalls gern. Da schlummert noch viel Potential.

Bürgerschaftliches Engagement soll unabhängig vom Staat und jenseits vom Markt stattfinden. Warum wird es von oben gefördert, wenn die Motivation von unten, aus den Graswurzeln, kommen muss?

Da kommt sie ja auch her, aber – um beim Gras zu bleiben – auch das braucht bestimmte Lebensbedingungen: Sonne, Regen und Dünger. Der Staat muss den Rahmen schaffen, von Versicherung über Steuererleichterung bis hin zu den Strukturen. Aber mit Leben füllen müssen ihn Menschen mit Gemeinsinn.

Wird soziales Engagement stellenweise missbraucht, um die Gemeinheiten einer neoliberalen Sozialpolitik abzufangen?

Keineswegs. Der Staat ist für größere Lebensrisiken verantwortlich und darf nicht aus der Pflicht gelassen werden. Aber bei zwischenmenschlicher Hilfe im Nahbereich ist das bürgerschaftliche Engagement schneller, zielgenauer, unbürokratischer – und dadurch auch wirksamer.

Wo es einen starken Sozialstaat gibt, übernehmen auch die Bürger mehr soziale Verantwortung. Überrascht Sie das?

Nein, denn soziale Einrichtungen, egal ob in Trägerschaft von Kommunen, Kirchen oder der Freien Wohlfahrtspflege sind klassische Andockpunkte für ehrenamtliches Engagement. Ein kluger Staat fördert beides, das soziale Grundgerüst, das Bedürftigen verlässlich Schutz bietet, aber auch die Freiräume, die der kleinsten Einheit die Chance geben, ihre Kräfte und ihren Ideenreichtum für die Gemeinschaft zu entfalten. Welche Felder sich die Menschen aussuchen, hängt stark von den Traditionen vor Ort ab. In den USA haben wir zum Beispiel einen für europäische Verhältnisse zurückhaltenden Sozialstaat, aber auch eine blühende Stiftungslandschaft und eine enorm hohe Spendenbereitschaft in der Bevölkerung.

Das Ehrenamt ist ein typisches Mittelschichtphänomen. Wie wollen Sie das ändern?

Es ist ein schönes Zeichen gelebter Solidarität, dass sich Menschen, denen es gut geht, für den andern einsetzen. Wir müssen aber auch andere Gruppen erreichen, zum Beispiel Migranten. Da existiert schon viel verdecktes Engagement innerhalb der eigenen Migrantengemeinschaft. Das gilt es, sichtbar zu machen. Und wenn es uns gelingt, die traditionellen deutschen Strukturen des Ehrenamts für Menschen mit Migrationshintergrund zu öffnen, ergeben sich Riesenchancen für eine bessere Integration.

Und wenn Frauen sich engagieren, werden die tradierten Geschlechterrollen im Ehrenamt vorgeschrieben?

Da ist das Ehrenamt ein Spiegel der Gesellschaft. Wenn ich Freiwillige für ihren Einsatz beispielsweise als Vereinsvorsitz öffentlich auszeichne, sind es meist Männer. Aber das ändert sich. In

[☒ Zum Textanfang](#)

ganz traditionellen Männerdomänen wie der Freiwilligen Feuerwehr zum Beispiel löschen immer mehr Frauen.

Wird beim Ehrenamt für Frauen auf darauf geschielt, sie in die familiäre Pflege zu drängen – angesichts der alternden Gesellschaft?

Hier zeigt sich eine leise Revolution: Jeder zweite Pflegebedürftige wird von einem Menschen über 60 gepflegt – und die Zahl der pflegenden Männer nimmt rasant zu. Inzwischen sind es 27 Prozent. Meist pflegen sie ihre Ehefrauen, ein Engagement, das öffentlich fast gar nicht bemerkt wird.

In andern Ländern ist soziales Engagement ein Pluspunkt in der Biographie – auch am Arbeitsmarkt. Wenn man in Deutschland das Ehrenamt aufwerten will, muss man da nicht bei den Unternehmen ansetzen?

Hier ist wirklich Nachholbedarf. Einige Unternehmen mit Weitblick haben das verstanden. Sie fördern ehrenamtliche Arbeit bei ihren Mitarbeitern, weil die geschenkte Zeit als Produktivität in der Firma zurückfließt. Soziales Engagement zu unterstützen ist eben nicht nur Altruismus. Betriebe profitieren durch zufriedeneren, hochorganisierte und teamfähige Beschäftigte, die im Ehrenamt enorm dazugelernt haben.

Was können Kommunen tun, was ist Aufgabe der Länder, was die des Bundes?

Die Kommunen können Freiwilligenagenturen einrichten oder ehrenamtliche Plätze ausweisen und vermitteln. In den Ländern gibt es ähnliche Bemühungen, insbesondere in der Jugendarbeit, dem Schul- und Hochschulwesen. bundesweit ist mir wichtig: Erstens die Pionierarbeit mit Modellversuchen zu leisten. Zweitens mit den Ländern Ehrenamtliche zu finanzieren. Und drittens die unendliche Vielfalt kleiner Initiativen dadurch zu unterstützen, dass wir Netzwerke für den Erfahrungsaustausch bilden und niemand immer wieder das Rad neu erfinden muss.

Aus: Engagement macht stark. Magazin des Bundesnetzwerks Bürgerschaftliches Engagement, Berlin 2008, S. 14 – 15.

Anmerkungen zur 3. Münchner Freiwilligenmesse 2009

Die Zahl der Menschen, die in Deutschland ein Ehrenamt ausüben, nimmt ständig zu. Derzeit sind es 23 Millionen, ein Drittel der erwachsenen Bevölkerung. "Engagiert leben" ist das Motto des Bürgerschaftlichen Engagements in München. Wenn Sie sich einen Überblick verschaffen möchten, was in München dazu alles angeboten wird, laden wir Sie von FöBE ganz herzlich ein zur **3. Münchner Freiwilligenmesse am Sonntag, den 1. Februar 2009 im Gasteig von 11.00 bis 18.00 Uhr** (Eintritt frei).

Dr. Gerlinde Wouters, Sandra E. Bauer

FöBE - Projektbüro
Verbund zur Förderung von Bürgerschaftlichem Engagement
Westendstraße 68
80339 München
Tel: 089 - 53 29 56 33
Fax: 089 - 53 29 56 32
info@foebe-muenchen.de
<http://www.foebe-muenchen.de>

 Zum Textanfang