



xunds grauholz
miteinander - füreinander

Verein xunds grauholz

1. Mitgliederversammlung & Sommeranlass 2017

*Die Menschen bauen
zu viele Mauern & zu wenig Brücken*

Isaac Newton



Traktanden

1. Begrüssung (M. Deppeler, Vize-Präsident)
2. Mutationen im Vorstand (MD)
3. Mitgliederbeiträge & Sponsoring
4. Tätigkeitsprogramm & aktive Arbeitsgruppen
5. Anlässe
6. Freiwilligenarbeit (G. Nehrlich, Finanzen)
7. Budget 2017 (GN)
8. Varia & Abschluss



Mutationen

1. Gina Nehrlich
2. Beat Arnet
3. Präsidium

Mitgliederbeiträge & Sponsoring

1. Reguläre Mitglieder
2. Sponsoring (Gold, Silber, Bronze)



Anlässe

1. Forum für Gesundheitsregionen
2. Koordinierte Versorgung (BZ Pflege)
3. Vorträge In & Ausland

Arbeitsgruppen

1. AG Drehscheibe
2. AG Konzept
3. AG Komplementär
4. AG Heim der Zukunft
5. AG Gesundheitskompetenz
6. AG e-health
7. Gesunde Arbeitswelten



xunds grauholz lebt von der Freiwilligenarbeit.

In den Arbeitsgruppen wurden bisher rund **400** Stunden Freiwilligenarbeit geleistet, was bei einem Stundensatz von CHF 15.00 zu einer Eigenkapital-Erhöhung von mehr als CHF 5'000.00 führt.

Weitere Freiwilligenarbeit im Sinne von Sitzungsvorbereitung, Event-Teilnahme und Netzwerktätigkeiten sind zur Zeit noch nicht erfasst



Wichtige Ereignisse aus den Finanzen seit der Vereinsgründung

- Rund 60 Mitglieder haben uns mit Beiträgen im Wert von rund CHF 2500.00 unterstützt. Ein herzlicher Dank an alle Mitglieder!
- Uns haben zwei Gold Sponsoren zugesagt und ein Bronze Sponsor ist in Aussicht. Ein herzlicher Dank an die KPT und Swisscom.
- Unsere finanziellen Verpflichtungen konnten mit rund CHF 2300.00 sehr klein gehalten werden. Ein herzlicher Dank an alle, welche freiwillig arbeiten oder Räume zur Verfügung stellen sowie an Susanna Haller, welche sehr haushälterisch mit den Finanzen umgeht.

Erfolgsrechnung per 03.11.2016-21.06.2017

Ertrag	2017 Aktuell	2017 Budget
Mitgliederbeiträge	2'520.00	3'124.00
Sponsoren Beiträge	-	10'500.00
Eigenleistungen	4'263.75	6'227.75
Total Ertrag	6'783.75	19'851.75
Aufwand	2017 Aktuell	2017 Budget
Eigenleistungen	-4'263.75	-6'227.75
Raumaufwände	-540.00	-1'080.00
Marketing Aufwände	-1'829.60	-2'744.40
Diverse Aufwände	-3.00	-15.00
Total Aufwand	-6'636.35	-10'067.15
Ergebnis	147.40	9'784.60

Der Verein xunds grauholz wurde vor rund 9 Monaten gegründet.
Eine abschliessende Jahresrechnung liegt daher noch nicht vor, der aktuelle Stand ist rein informativ!



*Es zahlt sich das Meiste aus auf Erden
Wer seine Bäume am fleissigsten wartet
Der erntet auch reichlich von Ihnen*

Jeremias Gotthelf



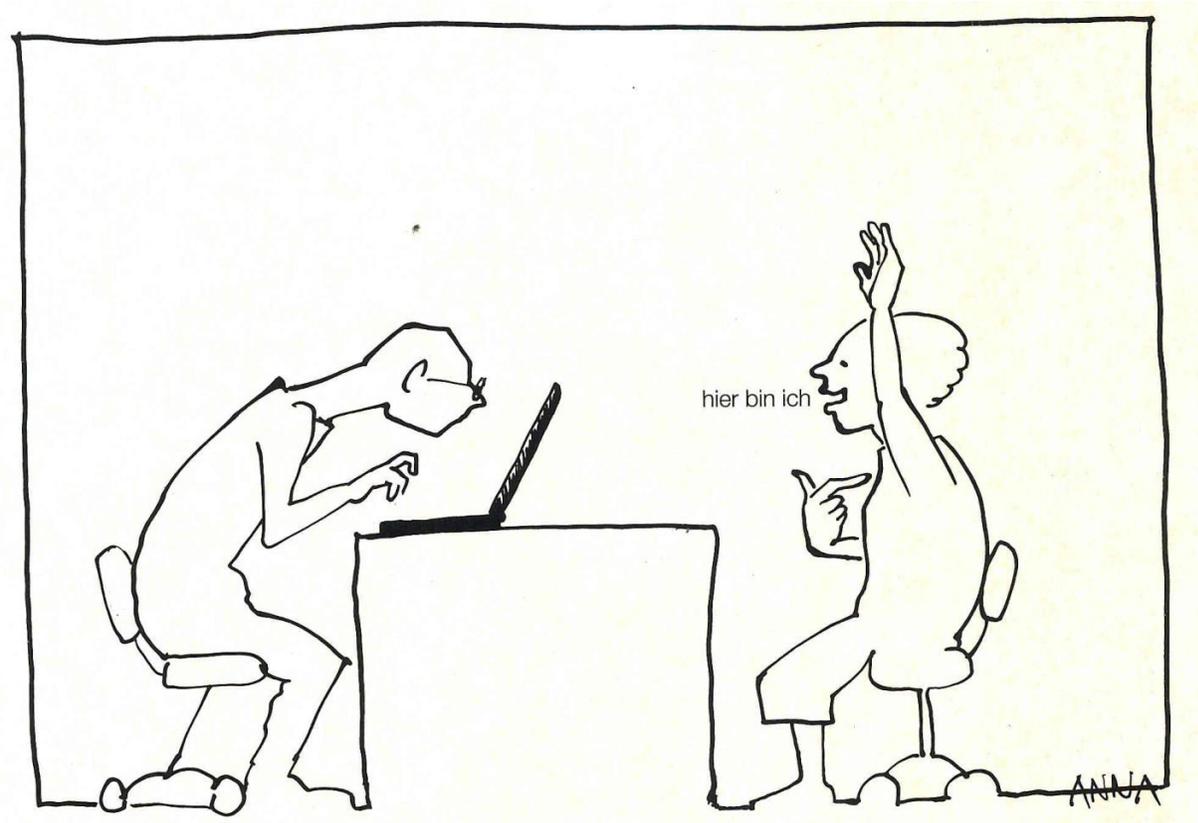
Das Wissen hat Grenzen, das Denken nicht

Albert Schweitzer

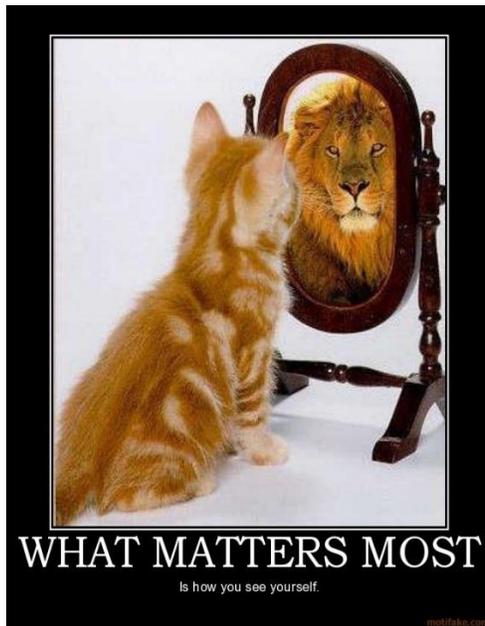
...für die vergessenen Menschen!



xunds grauholz
miteinander - füreinander



Eigene Kraft zurückgewinnen
Vertrauen & Verantwortung



Edith Weber-Halter, Chancenmanagement 2012

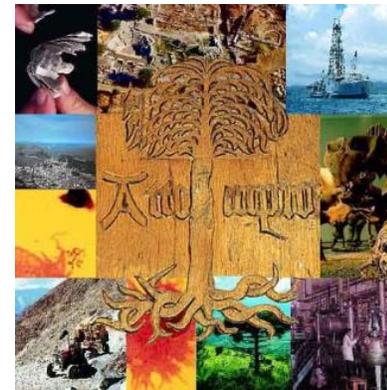
Eigene Kraft zurückgewinnen
Vertrauen & Verantwortung



Gesundheit entsteht....

dort, wo ich arbeite, spiele, lebe und lebe (**Ottawa Charta**)
entlang den sozialen Determinanten,
ist ein lebenslanger Lern & Lehrprozess
Sie bedeutet Integration in Gemeinde, Quartier & Regionen
& Gesundheitskompetenz „für alle“

...im Dialog zwischen Profis, Bürger, Bildung & Politik
mit Profis wie Pflege, Lehrer, Sozialarbeiter, Seelsorger, Ärzte....
& Angehörigen, Arbeitgeber, Familien und Vereinen
zur erweiterten kommunalen Intelligenz (Gerhard Hüther)





*Wir Menschen & Institutionen
der Region Grauholz
ermöglichen gemeinsam eine
selbstbestimmte & bezahlbare Gesundheitsversorgung.*

*Wir alle,
setzen uns ein
für ein Leben
in Verantwortung & Würde*

Vision

Leadership & Dialog

Partizipation Bürger & Profis

Bildung & Forschung

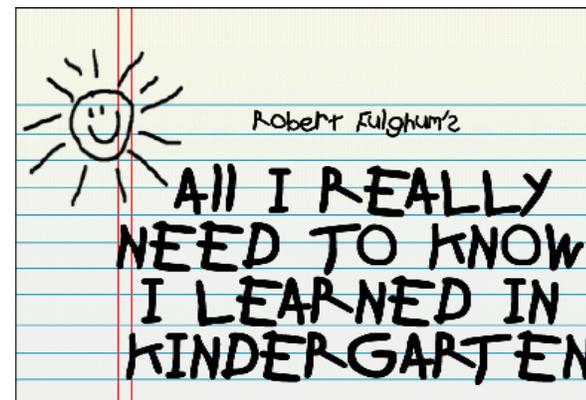
permanenter Lernprozess

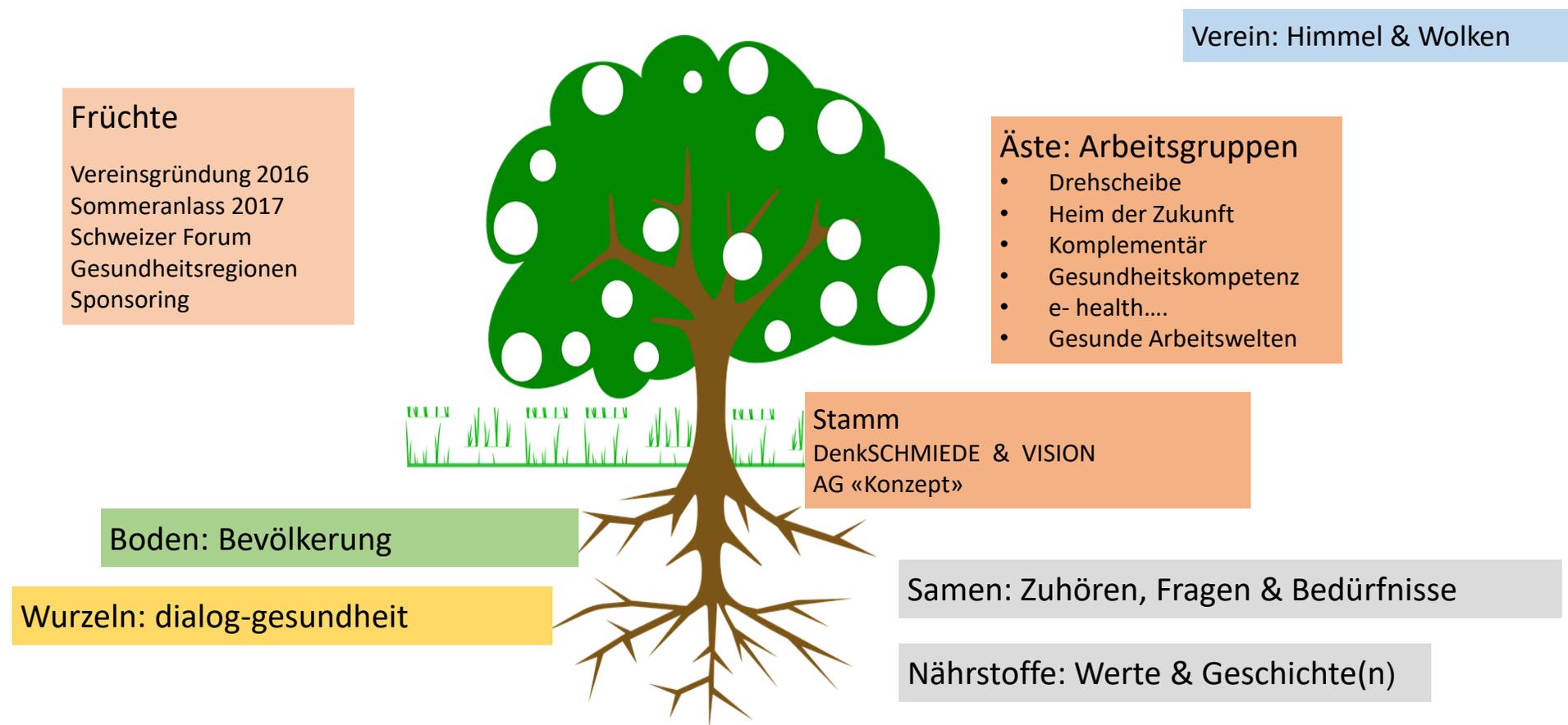
private – public - policy partnership

Geld & Geist in Balance - NEUES Denken

e-health

Ivy Oandasan, MD, The College of Family Physicians of Canada









*Wenn eine Organisation wirklich für ihren Sinn lebt,
dann gibt es keine Konkurrenz.
Jeder, der dabei helfen kann,
diesen Sinn in grösserem Ausmass
oder schneller zu verwirklichen,
ist ein Freund oder Verbündeter & kein Konkurrent*

Frederic Laloux, 2015, Re-Inventing Organziations

Lateinisch *charta* ‚Papierblatt‘, altgriechisch *chártēs* (χάρτης),
möglicherweise mit dem ägyptischen Wort *kheret-aa*

Urkunden (Staats- und Völkerrecht)

Frühmittelalterliche Urkundenform (Diplomatik), v.a. Südeuropa

Satzungen oder **Selbstverpflichtungen von NGO** (Nichtstaatlichen Organisationen): Chartas von
Wissenschaft, Künstler, Berufsgemeinschaften)

Magna Charta (1215 England)

Charta 77 (Prager Frühling)

Ottawa Charta 1986



Hoffnung ist nicht die
überzeugung,
dass etwas gut ausgeht,
sondern die
Gewissheit,
dass etwas
Sinn hat,
egal wie es ausgeht.
(Vaclav Havel)



Elemente unserer Charta

Ausgangslage

Vision

Menschenbild, Werte, Haltung

Umsetzung

Arbeitsweise



Elemente unserer Charta

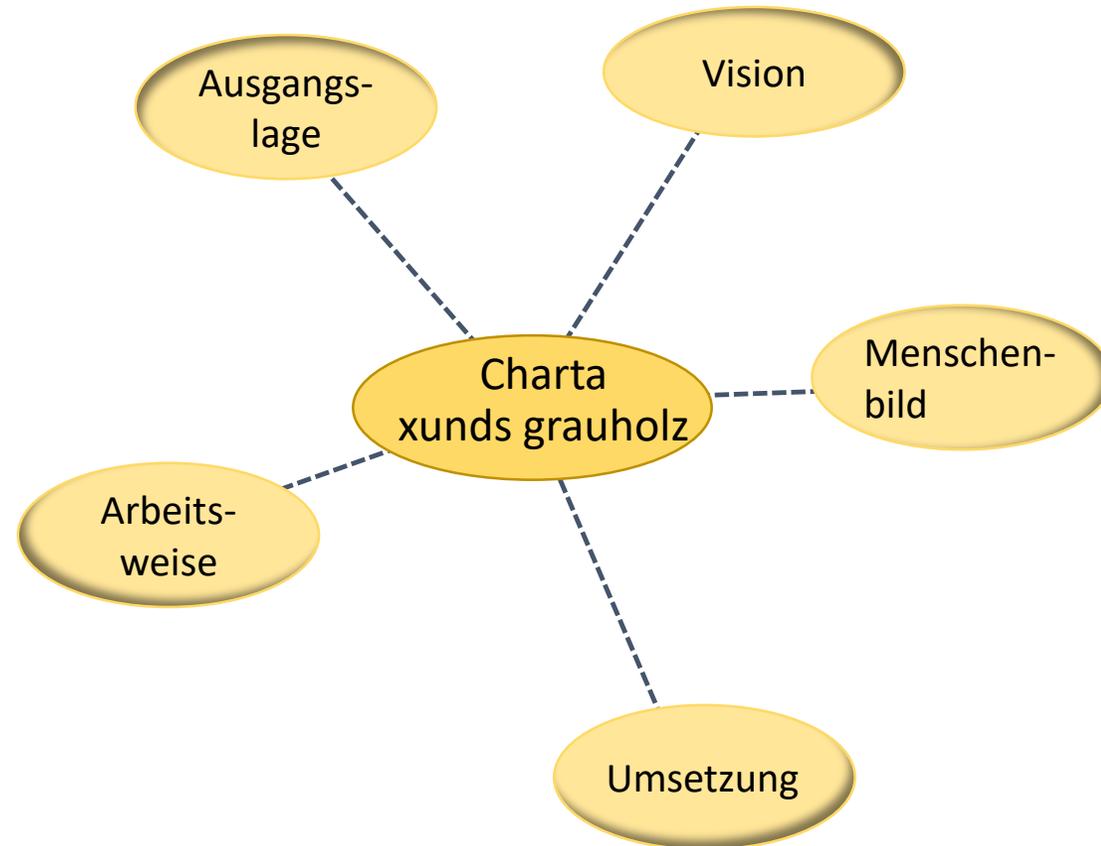
Ausgangslage

Vision

Menschenbild, Werte, Haltung

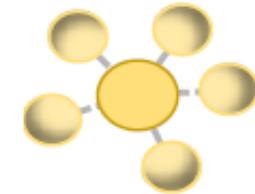
Umsetzung

Arbeitsweise





AUSGANGSLAGE



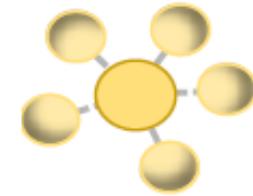
1. Wer wir sind

- Wir sind eine Interessengemeinschaft von Menschen aus der Region Grauholz, sowohl Bürgerinnen und Bürger ebenso wie Gesundheitsprofis, die sich um die Grundversorgung der Region Sorgen machen.
- Seit Herbst 2015 arbeiten wir an neuen regionalen Lösungen für dieses Gesundheitswesen
- Im November 2016 haben wir den Verein „xunds grauholz“ gegründet.



AUSGANGSLAGE

2. Was wir feststellen



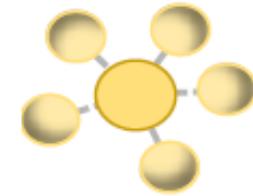
- Die Gesundheitskosten und Krankenkassenprämien werden immer höher.
- Der Nachwuchsmangel in der Grundversorgung (Pflege, Hausärztinnen) wird immer offensichtlicher.
- Politiker und Gesundheitsfachleute haben bis jetzt keine nachhaltigen Lösungen gefunden.
- Der Kampf um Macht und Gewinn stört eine gesunde Balance zwischen Geld und Geist.
- Die Menschen (ob gesund oder krank) und ebenso die einzelnen Gesundheitsfachpersonen mit ihren Rechten, Bedürfnissen und Entwicklungsmöglichkeiten, aber auch ihrer Mitverantwortlichkeit gehen vergessen.



AUSGANGSLAGE

3. Was wir aus unseren Erfahrungen gelernt haben:

- dialog-gesundheit geht seit über zehn Jahren neue Wege und bewegt Menschen für eine Medizin von morgen.
- In einem gemeinsamen Dialog an und mit der Basis suchen und finden wir neue Lösungen.
- Die persönlichen Lebenserfahrungen und Geschichten ergänzen die naturwissenschaftlichen Erkenntnisse der modernen Medizin.
- Gesundheit entsteht dort, wo wir leben, lieben, arbeiten und spielen.
- Unser Umfeld trägt bis zu 50% zu unserer Gesundheit bei.
- Das Gesundheitswesen braucht neue (Denk)Modelle und Handlungsansätze.

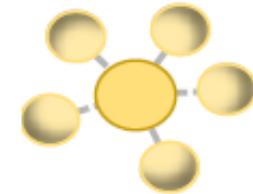




VISION

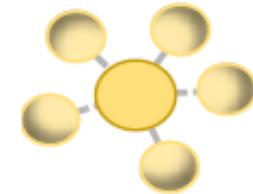
Wir Menschen und Institutionen der Region Grauholz ...

- ... ermöglichen gemeinsam eine selbstbestimmte, bezahlbare und nachhaltige Gesundheitsversorgung
- ... setzen uns ein für ein Leben in Verantwortung und Würde
- ... möchten ein Gesundheitswesen, in welchem Bürger und Bürgerinnen selbstverantwortlich zur eigenen Gesundheit beitragen und wo sie ihre Behandlung mitbestimmen können





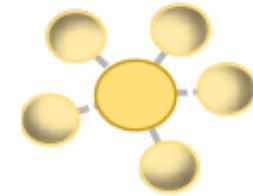
MENSCHENBILD, WERTE UND HALTUNG



- Unsere Werte sind Respekt, Toleranz und Solidarität.
- Wir streben nach Sinn, Sicherheit und Selbstbewusstsein, und nach einem Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele.
- Wir glauben, dass jeder Mensch in seinem Leben die bestmöglichen Lösungen sucht.
- Wir sind überzeugt, dass die Entwicklung der eigenen Gesundheitskompetenz ein zentrales, zutiefst menschliches Wirkprinzip ist.



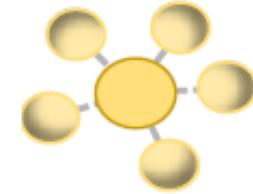
UMSETZUNG



- Wir fördern den Dialog auf Augenhöhe zwischen Bevölkerung und Gesundheitsprofis.
- Wir tun das sowohl im persönlichen Kontakt im Gesundheitswesen wie in der Gemeinschaft von Familie, Freunden, Vereinen, Schule und Arbeitswelt. Kooperation tritt an Stelle der Konkurrenz.
- Wir schaffen Begegnungsräume, wo Fürsorge, Selbstsorge und Achtsamkeit für die Entwicklung der eigenen Gesundheit möglich sind.



ARBEITSWEISE



- Wir machen das, was wir gerne und gut machen, mit Kopf, Herz und Hand.
- Wir sind freiwillig dabei und arbeiten eigenverantwortlich und selbstorganisiert.
- Wir denken entwicklungsorientiert und vertrauen auf tragfähige Beziehungen.
- Wir sind Teil des Ganzen (Gesundheitsregion), teilen unsere Ideen und achten die Grenzen.

PAUSE





Arbeitsgruppen, interdisziplinär

Sommer 2016

AG Konzept (Moderation BA)

AG Administration/Drehscheibe (dropbox, SH)

AG Heim der Zukunft (EvS)

AG Komplementär (AM)

AG Gesundheitskompetenz (UG)

AG e-health & ePD (CP)

AG Gesunde Arbeitswelten (ER)

Partizipation Hausärzte (> 6)

Herbst 2016

Projektleitung & Projektplan

Herbst 2016

Projektarbeit & Finanzen

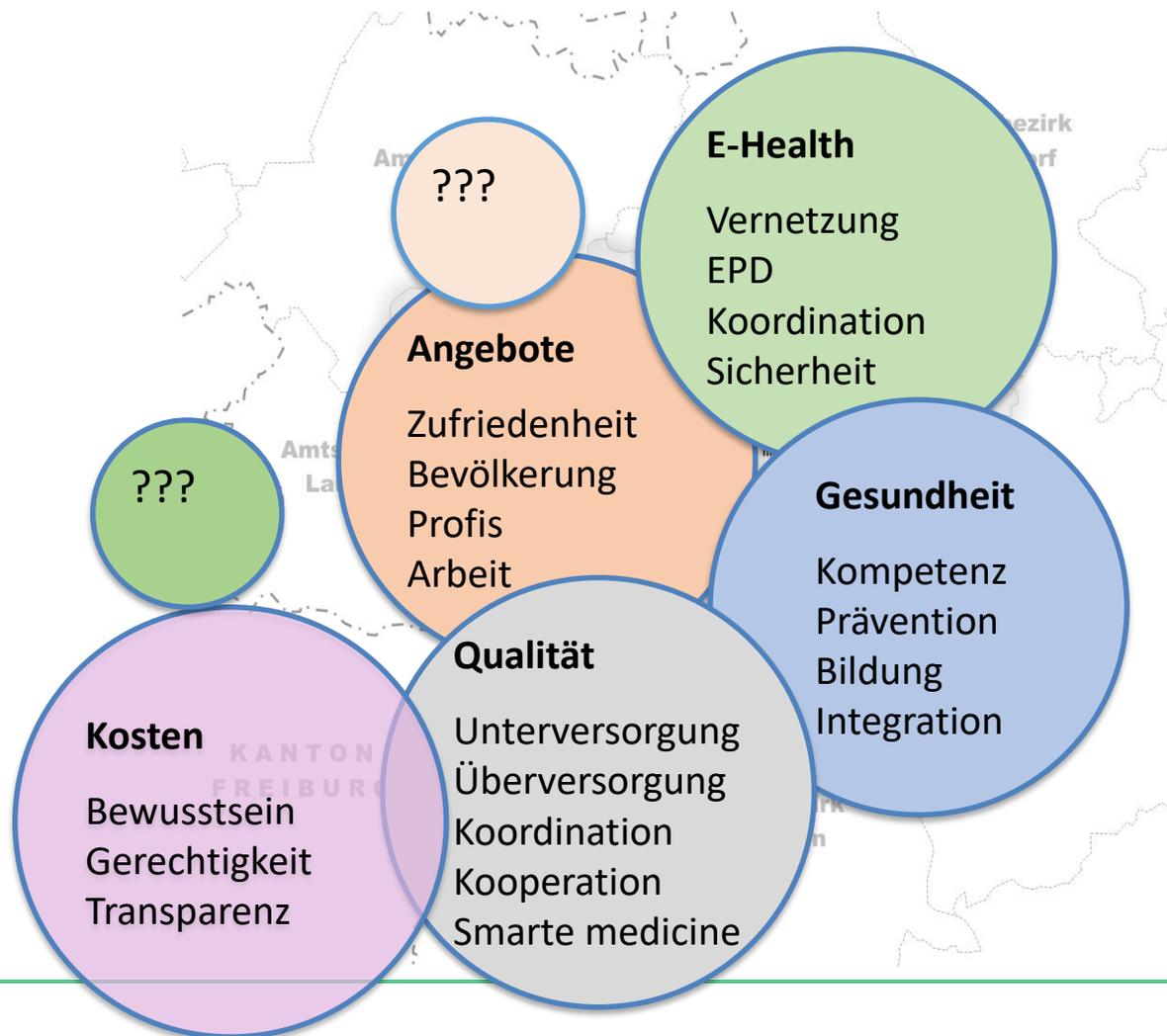
März 2017

Gründung Verein (später Genossenschaft)

Sommer 2017

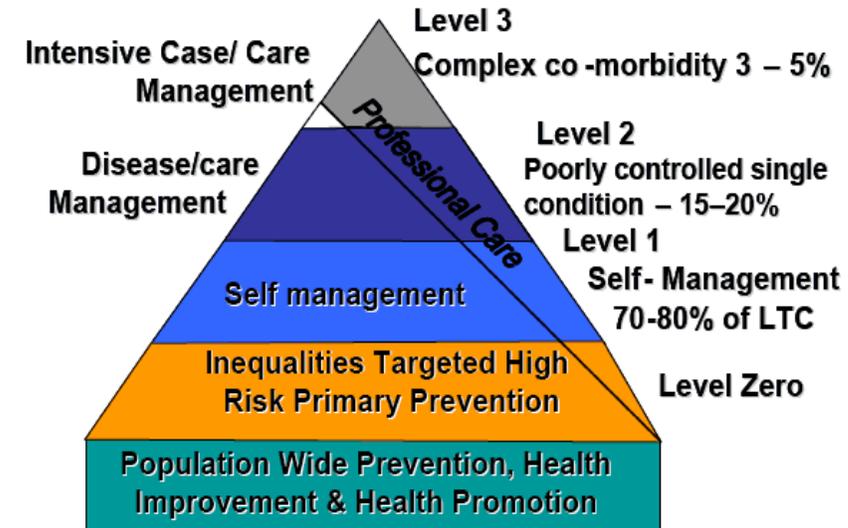
Leistungsverträge Versicherungen

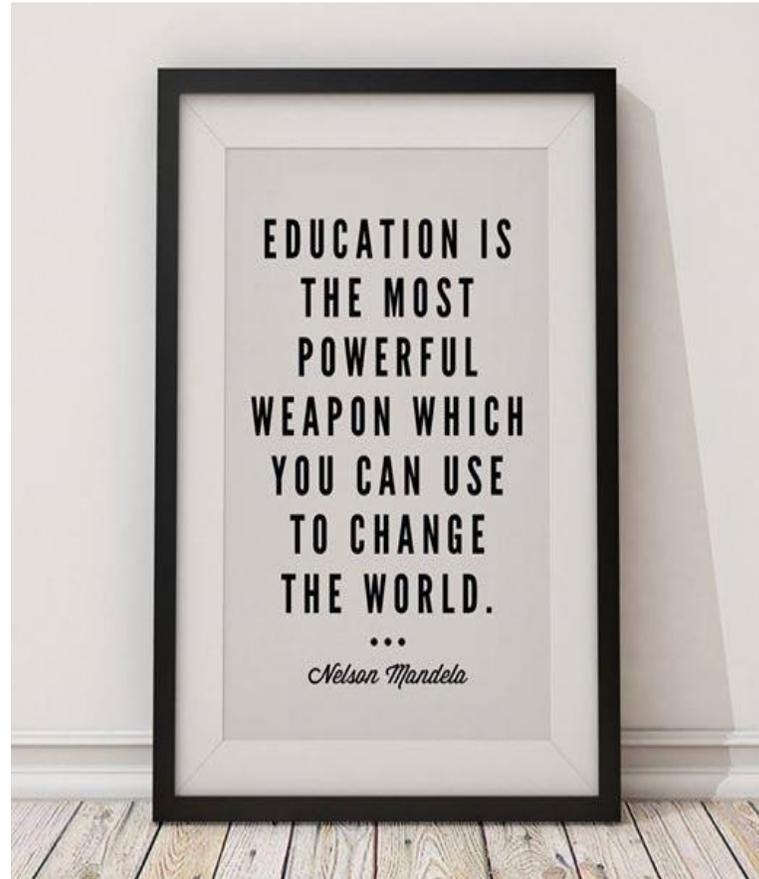
Sommer 2018



verschiedene Ebenen des Krankseins brauchen angepasste Lernformen

- kommunale Gesundheitskompetenz
- gesundheitfördernde Schulen & Erwachsenenbildung
- dialog-gesundheit
- Partizipation vulnerabler Gruppen
- Gesundheitcoaching & EVIVO
- Chancenmanagement
- Koordination der Helfersysteme







Erika von Siebenthal gibt Ihnen einen Einblick

Arbeitsgruppe «Gesundheitskompetenz»

Wer macht mit in der Arbeitsgruppe?



xunds grauholz
miteinander - füreinander

"Wir schauen aus ganz unterschiedlichen Richtungen, aber alle auf das Gleiche"

Medizinische Sekretärin	↔	Yogalehrerin, Atemtherapeutin, Klangtherapeutin
Biologin	↔	Bewegungsfachfrau
Dentalhygienikerin	↔	Kraniosakraltherapeutin
Pflegefachfrau	↔	Fachfrau für Prävention & Gesundheitsförderung
Arzt	↔	Patientencoach und Hypnosetherapeut
Ergotherapeutin	↔	Ergotherapeutin
Ingenieur	↔	Dunkelfeldmikroskopie, Scalar Wave Analyzer, Bioscan
Arzt (Internist)	↔	Psychosomatiker, Gesundheitsförderer
Arzt (Allgemeinmedizin)	↔	Hausarzt, Ärzte-Ausbildner



- Wer wir sind: Spektrum der Teilnehmenden
"Wir schauen aus ganz verschiedenen Richtungen, aber alle auf dasselbe."
- Was unsere Aufgabe ist: Gesundheitskompetenz im xunde grauholz: was ist das, welche Rolle hat sie, und wie sie fördern und verbreiten
- Wie wir eingestiegen sind: erlebte Gesundheitskompetenz (nicht aus Büchern!): jedeR erzählt eine damit erlebte Geschichte: *hinhören*
- Wie wir arbeiten: erzählen, zuhören, bereit sein sich einzulassen, fragen, suchen:
auf Gruppen-Prozess vertrauen
- Was wir dabei erleben: AHA-Erlebnisse, Freude, Gwunder:
aus Geschichten entsteht neues

Arbeitsgruppe «Gesundheitskompetenz»

Was wir in Gruppengesprächen entwickelt haben



xunds grauholz
miteinander - füreinander

Gesundheitskompetenz ist ein zentrales Wirkprinzip für die Umsetzung der Anliegen des xunds grauholz:

- Denn: Gesundheitskompetenz ist eine notwendige **Grundfähigkeit** beim Verändern und Beibehalten von gesundheitsrelevanten Einstellungen und Verhaltensweisen
- Um diese Gesundheitskompetenz zu fördern, braucht es eine **Entwicklung**:
achtsam werden -> sich selbst wahrnehmen -> selbst-bewusst werden -> Selbstbewusstsein entwickeln -> Selbst-Verantwortung übernehmen
- Um diesen Prozess **anzustossen** und konkret zu erfahren, ist das Einsteigen mit Geschichten-Austauschen (Storytelling) ein spannender und praktikabler Ansatz

*Wir glauben, dass jeder Mensch in seinem Leben die bestmöglichen Lösungen sucht,
dass jeder Mensch etwas für sich tun will*

Arbeitsgruppe «Gesundheitskompetenz»

Was wir vorschlagen, woran wir arbeiten

Unsere Arbeitsgruppe sieht im Geschichten-Erzählen (Storytelling) einen wichtigen und wirksamen und breit einsetzbaren Ansatz für die Entwicklung des Xunden Grauholz und für dessen erfolgreiche Verbreitung.

Für wen?

- Menschen allgemein (ob gesund oder krank, selbst betroffen oder Angehörige)
- spez. für Profis (in Sprechstunden, bei Betreuung und Therapien, in der Weiterbildung)
-> 'professionelle Gesundheitskompetenz'
- Gruppen, Organisationen, Schulen

Was könnten mögliche Umsetzungs-Wege sein?

- "Mit Geschichten lernen": Storytelling-Workshops von, mit und für Gesundheits-Fachpersonen, für Sensibilisierung und Weiterbildung
- "Geschichten miteinander teilen": Erzählcafés für Einwohner, Quartiere, Organisationen, Gemeinden in der Region Grauholz
- "Xundi Gschichte": Menschen schreiben Buch mit ihren Gesundheitskompetenz-Geschichten
- Fokus-Gruppen für Planung und Begleitforschung (auf Basis von Geschichten-Erzählen resp. erzählten Geschichten)



1. Wie verstehen **wir für das xunde grauholz** die Gesundheitskompetenz?
 - Es ist eine zentral wichtige **Fähigkeit** auf dem Weg jedes Menschen zu nachhaltigen Veränderungen (Einstellungen, Verhalten)
 - Dieser **Weg** verläuft individuell, schrittweise, abhängig vom Umfeld
 - **Gesundheitskompetenz heisst**: achtsam wahrwerden, gewundrig suchen, kreativ entwickeln, ausdauernd üben und ausprobieren, lernen wie man seine Probleme lösen kann
2. Wie können wir im Xunde Grauholz die Gesundheitskompetenz fördern?
 - Es geht darum, den Menschen Selbst-Erfahrungen, Selbstreflexion, ein Bewusstwerden ihrer selbst zu ermöglichen.
3. Wie kommen Menschen (Patienten, Angehörige, Profis, etc.) in den Zustand **sich einzulassen** auf Selbsterfahrungen (als ersten Schritt hin zu Veränderungen)?
 - Um diesen Prozess **anzustossen** und konkret zu erfahren, ist das Einsteigen mit Geschichten-Austauschen (Storytelling) ein spannender und praktikabler Ansatz

Wie definiert die Wissenschaft Gesundheitskompetenz?

fünf Sektoren

- persönliche Gesundheit
- Gesundheitssystem
- Arbeit
- Markt
- Politik

drei Ebenen

- funktionale GK
- interaktive GK
- Kritische GK





Gabriela Brantschen gibt Ihnen einen Einblick



Christian Peier gibt Ihnen einen Einblick

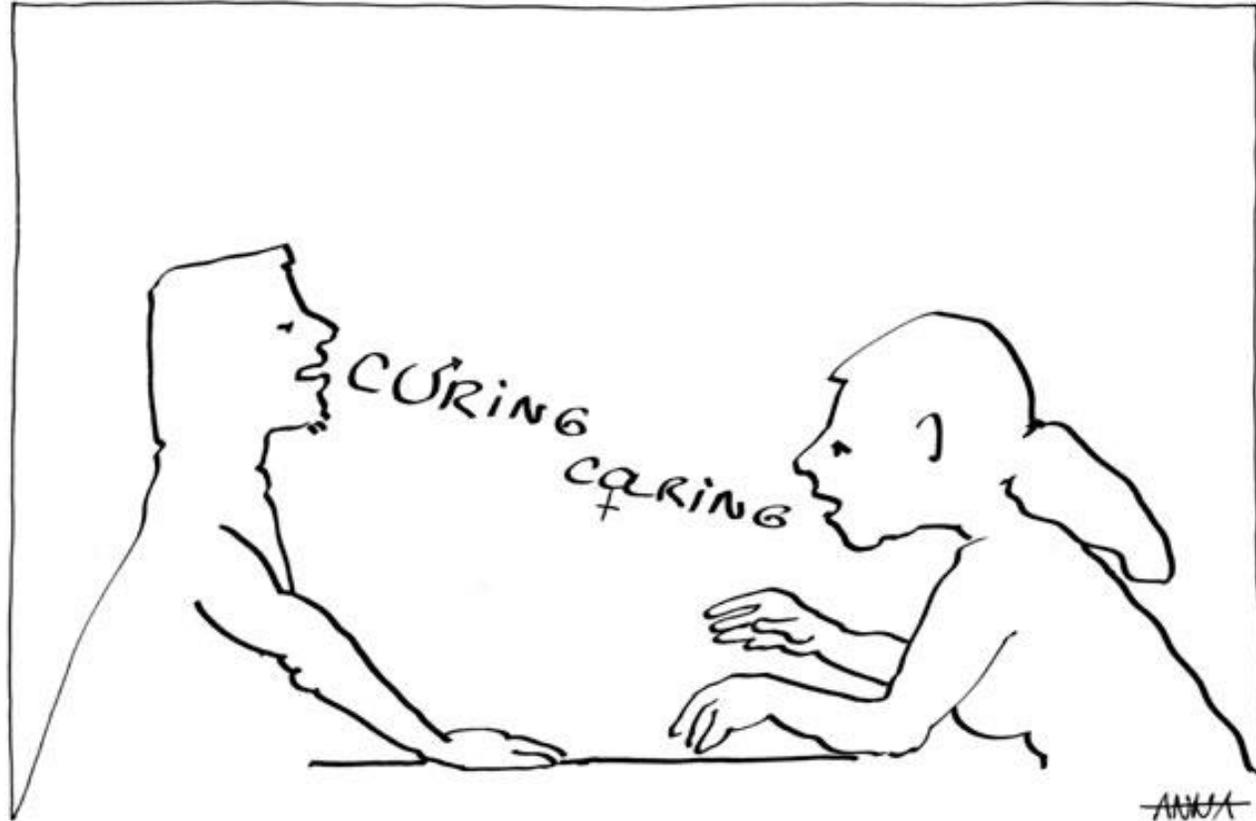


*unterschätze niemals die Kraft
einiger engagierter Menschen,
die Welt zu verändern.
In der Tat wurde die Welt
nur durch solche Menschen verändert.*

Margaret Maede, Anthropologin

DANKE &
ADIEU

Auf Wiedersehen



Copyright © 2005 by ANNA Anna Regula Hartmann