



xunds grauholz
miteinander - füreinander

NEWSLETTER xunds grauholz September 2017

*Der Wille zum Sinn bestimmt unser Leben!
Wer Menschen motivieren will und Leistung fordert,
muss Sinnmöglichkeiten bieten.*

Viktor Frankl

Editorial

Einstein sagte schon vor Jahrzehnten, dass wir ein NEUES Denken brauchen, um die alten Probleme zu lösen. Seine Worte sind auch für das Gesundheitswesen gültig, wo wir seit Jahren fast nur noch Klagen und Ängste hören über Kosten, Versorgungsengpässe und teure Patienten. Darum leitet Einsteins Zitat auch unsere Arbeit in der Gesundheitsregion „xunds grauholz“. Wir sind eine stetig wachsende Interessensgruppe von Menschen aus der Bevölkerung, Betroffene, Bürger, Patienten und Profis, die neue Wege gehen möchten. Im November 2016 haben wir den Verein xunds grauholz gegründet, um mit der Zeit eine grössere Organisation zu entwickeln, die sich in der ganzen Region Grauholz (nördlich Bern bis Fraubrunnen) für Gesundheit und Bildung einsetzt. Wir wollen gemeinsam mit den Bewohnern das Gesundheitswesen besser kennen lernen. Dabei haben wir zum Ziel, durch Selbstverantwortung gemeinsam und mit Grundversorgern und Gemeinden Wege zu finden, die persönlichen Gesundheitskosten möglichst zu senken. Das ist ein NEUES Denken, weil es in einem bottom-up-Prozess gemeinsam mit der Bevölkerung entwickelt wird.

Einer, der dieses NEUE Denken in der Arbeitswelt beschreibt, heisst Frederic Laloux. Sein Buch „Reinventing Organizations“ (Organisation neu erfinden) ist auch für Laien lesenswert.

Jede Zusammenarbeit – nicht nur im Gesundheitswesen - braucht eine Organisation. Die bisher erfolgreichen Organisationen im ALTEN Denken sind meistens hierarchisch organisiert. Den Mitarbeitenden droht aber zunehmend das Sinnhafte in der Arbeit verloren zu gehen. Damit wird auch verständlich, dass immer mehr Menschen mit diesen Arbeitsorganisationen Mühe haben. F. Laloux nennt (s)eine neue Organisationsform „evolutionär-integral“. Das heisst, sie ist auf die Entwicklung ausgerichtet, sowohl der einzelnen Mitarbeiter wie auch der Organisation als Ganzes. Sie soll lebendig bleiben und dem Leben als Ganzes dienen. Und die Menschen sollen auch als „Ganzes“ im Arbeitsprozess teilnehmen, nicht nur Teile von ihnen. Es ist mehr gefragt, als ihr Spezialitätenwissen oder einzelne Fähigkeiten, wo der Mensch dahinter immer unwichtiger wird. Das bedeutet auch, dass die persönlichen Beziehungen wieder wichtiger werden. Wo ist dies besser zu verwirklichen als in einer Region, wo die Menschen einander oft noch besser kennen.

Laloux beschreibt anhand von 12 Beispielen, wie sich Firmen in der Zukunft entwickeln könnten. Damit sowohl die Firma, wie vor allem auch die Mitarbeiter mehr „sinnvolle Arbeit“ entdecken werden - mit mehr Selbstbestimmung, Mitspracherecht und Entwicklungsmöglichkeiten. Grundlage ist ein Grundvertrauen in die Mitarbeiter, die von Natur aus so gut wie möglich mitarbeiten möchten, wenn sie wirklich verstehen, um was es geht und wenn sie den Sinn darin sehen. Dazu braucht es eine offene Kommunikation, Ehrlichkeit und Transparenz.

In diesem Zusammenhang haben wir kürzlich einen Vortrag zum Thema „soziales Kapital“ gehört. Kurz gesagt ist das der Wert der sozialen Beziehungen. Studien zeigen, dass „wer Freunde hat, länger lebt“. Zu diesem Sozialkapital gehören: die Freiwilligenarbeit in Netzwerken wie Vereinen, aber auch informell in der Pflege zu Hause oder tragende Beziehungen zu Freunden, Familie und im Arbeitsleben. Weiter gehört auch das Vertrauen in die Nachbarschaft dazu, sowie die Normen und Werte wie Toleranz und „Reziprozität“. Damit ist das Gegenseitige gemeint: Ich gebe und helfe und darf damit rechnen, dass mir später auch einmal geholfen wird. Der errechnete Wert der Freiwilligenarbeit in der Schweiz beträgt 5.5% des BIP (über 7 Millionen Stunden zu 50.-) also fast die Hälfte der Ausgaben im Gesundheitswesen. Ohne Freiwilligenarbeit würde auch das Gesundheitswesen noch wesentlich teurer werden. Zu den Säulen eines funktionierenden Gesundheitswesens, speziell in der Region gehören also „Konten, Köpfe und Kooperation“ oder „Finanzen, Menschen und Beziehungen“. Wir arbeiten bisher zu 100% freiwillig und haben für die Vision des „xunds grauholz“ weit über 10'000 Arbeitsstunden investiert – und wir sind überzeugt, dass wir schon jetzt viel zurückerhalten haben. Mit dieser Freiwilligenarbeit versuchen wir eben dieses NEUE Denken, die neuen Organisationsformen zu lernen und weiterzugeben, damit wir in der Region noch besser und nachhaltiger zusammenarbeiten werden. Die verschiedenen, sich selbst organisierten Arbeitsgruppen, die weiter unten vorgestellt werden, tun dies. Aber auch die Website, die Anfang November aufgeschaltet werden soll, ist nach diesen Grundlagen vorbereitet. Die Aktiven Mitglieder des Vereins haben Zugang zu ALLEN wesentlichen Informationen des Vereins.

Aus dem Vorstand

Der Vorstand trifft sich einmal pro Quartal und vereint unterschiedlichste Fähigkeiten. Alle unterstützen dieses NEUE Denken und versuchen den nicht immer ganz einfachen Überblick über all die verschiedenen Aktivitäten und Initiativen zu behalten. Die **Arbeitsgruppe Finanzen** (Moderation Gina Nehrlich) und die **Arbeitsgruppe Konzept** (Moderation Beat Arnet) sind in den Vorstand integriert worden, weil hier eine gewisse „Steuerung und Führung“ notwendig bleibt, damit wir daraus eine grössere Organisation entwickeln können. Beide Moderatoren sind neu im Vorstand. In ähnlicher Weise wurde die **Website gestaltet** (Moderation Regine Fankhauser). Sie ist ein erster Schritt in eine NEUE Form der Information und Kommunikation. Der Vorstand plant gemeinsam mit allen Moderatoren zusätzlich zur Online-Website zwei NEUE Plattformen. Die eine dient der Vernetzung und Beziehung innerhalb der verschiedenen Arbeitsgruppen. Die Zweite soll mit der Zeit zu einer niederschweligen Anlaufstelle für Informationen rund um die Gesundheitsregion xunds grauholz werden. Dazu suchen wir interessierte Bürger und engagierte Organisationen zu einer umfassenden Zusammenarbeit.

Sommeranlass & Mitgliederversammlung

Am 22. Juni 2017 fand die erste MV des Vereins statt. Gut 50 Mitglieder trafen sich in der Aula der EHB (Eidgenössisches Hochschulinstitut für Berufsbildung) Zollikofen. Nach dem kurzen statuarischen Teil, wurde am Sommeranlass kreativ und kunstvoll über die verschiedenen Aktivitäten berichtet. Dieser Sommeranlass wurde durch wunderbare Musikstücke mit Harfe, Querflöte und Violine abgerundet (www.lescing). Zukünftig wird im Anschluss an die MV des Vereins jedes Jahr ein Sommeranlass durchgeführt werden. Das Datum für 2018 ist bereits festgelegt: **18.4.18**

Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, ist
gesehen, gehört, verstanden & berührt zu werden.

Das größte Geschenk, das ich geben kann, ist,
den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen & zu berühren.

Wenn dies geschieht, entsteht Kontakt

Virginia Satir

Aus den Arbeitsgruppen

Die **AG Heim der Zukunft** hat zwei Schwerpunkte. Sie möchte an einer niederschweligen Plattform für das Grauholz arbeiten, in Zusammenarbeit mit anderen Organisation, wo Menschen ihre Fragen rund um Gesundheit, Krankheit, Versorgung und Vorsorge stellen können. Das ist seit Jahren ein Bedürfnis der Bevölkerung. Verschiedene Modelle sind bekannt, so dass wir das Rad nicht neu erfinden müssen, wir möchten endlich den Zug zum Rollen zu bringen. Gleichzeitig wird intensiv an neuen Wohnformen gesucht.

Die **AG Gesundheitskompetenz** hat wie die meisten AG erfahren, dass die Geschichten der Menschen massgebend sind (storytelling). Geschichten zeigen Schicksale, Erfahrungen, Probleme UND oft auch Lösungswege. Mit Geschichten werden nun Schwerpunkte gelegt, wo welche Bildung in der Region Sinn macht. Dabei gibt es verschiedene Ebenen der Bildung und des lebenslangen Lernens. Für die Profis bedeutet Gesundheitskompetenz etwas anderes als für die Bevölkerung – oder? Hier braucht es einen weiterführenden Dialog. Gleichzeitig macht es Sinn, wie vor Jahren in Zollikofen, anhand von Gegenwartskonferenzen zu erfahren und zu sammeln, welche gesundheitsfördernde Angebote es gibt. Diese müssten besser sichtbar und konsequenter vernetzt werden.

Die **AG IKM** (integrativ-komplementäre Medizin) wird sich an der MüGA (Münchenbuchsee Gewerbeausstellung) vorstellen, speziell das Netzwerk für Komplementäre Medizin. An der MüGa wollen sie die Menschen fragen, was sie brauchen in einer Gesundheitsregion, aber auch von der komplementären Medizin. Wir freuen uns auf diesen Dialog mit der Bevölkerung. Gleichzeitig hat die Arbeitsgruppe an zwei Projektideen gearbeitet, die entsprechend unseren Leitlinien noch weiter zu entwickeln sind. Wir hoffen, dass diese spannenden Themen (Vitamin D, gesundes Körpergewicht) in einer späteren Phase den Dialog zwischen Komplementär und Schulmedizin sowie der Bevölkerung bereichern werden.

Die **AG e-health** hat sich intensiv über den Begriff e-health unterhalten. Fast jeder – auch bei den Profis – versteht hier etwas anderes. Das Internet hat und wird die Medizin – und die Menschen?! - dramatisch verändern. Neben den Gefahren gibt es sehr viele Vorteile. Die Flut an Information ist aber schwierig zu bewältigen: was ist hilfreich? Was ist nützlich? Was macht Angst? Was verunsichert die Menschen? Ein weiterer Schwerpunkt ist das ePD – das elektronische Patientendossier. Hier sind zwar die gesetzlichen Grundlagen vorhanden (top down Denken), gleichzeitig ist die Basis noch lange nicht so weit, diese Grundlagen umzusetzen. Der Datenschatz braucht Datenschutz. Viel gemeinsames Lernen ist notwendig. Dank der kompetenten Mitglieder der Gruppe bleiben wir hier am Ball. Er wird allerdings eher flach gehalten.

Aus der Zukunft

Folgende **Arbeitsgruppen sind am Entstehen:**

Die **AG gesunde Arbeitswelten** ist gegründet, ein erstes Treffen ist geplant. Sie wird von Esther Raez moderiert, die vor Jahren u.a. das Gesundheitsmanagement in der MIGROS mitentwickelt hatte.

AG „soziale Gesundheit“, weil wir wissen, dass viele Gesundheitsprobleme und Krankheiten mit finanziellen Sorgen zu tun haben. Oftmals werden Patienten von verschiedenen Institutionen zu Institutionen herumgeschoben. Fast scheint es in erster Linie darum zu gehen „welches Kässeli zahlen“ muss, als dass wirklich nachhaltige Lösungen gesucht werden.

AG „neue Versicherungs-Finanzierungsmodelle“ in der Gesundheitsregion. Das gesunde Kinzigtal im Schwarzwald hat es vorgemacht. Wenn wir die Prävention und die Gesundheitsvorsorge besser stellen und die Gesundheit aller Menschen in den Fokus nehmen wollen, dann braucht es neue Formen der Finanzierung. Das KVG (Krankenversicherungsgesetz, das Gesundheitswesen) ist eindeutig auf die Krankheit ausgerichtet und hat – manchmal so scheint es - gar kein Interesse, wenn die Leute gesund bleiben.

Sie können erkennen, wie dynamisch und innovativ sich die Gruppen bilden und zusammenarbeiten, eben WEIL sie evolutionär-integral arbeiten. Sie sind selbstorganisiert und ohne Hierarchie. Sie arbeiten an den Themen und Bedürfnissen, die ihnen persönlich sehr wichtig sind, an dem was ihnen am Herzen liegt. In der französischen Schweiz wird dies „le cri du coeur“ genannt.

Gerade WEIL das Feuer so gross ist, brauchen wir jetzt gewisse minimale Regeln der Zusammenarbeit, Information und Kommunikation. Diese werden von der AG Gesundheitskompetenz in Zusammenarbeit mit dem Vorstand entwickelt. Auch das ist ein äusserst spannender und lehrreicher Prozess.

Wir planen neben dem Sommeranlass und den Gegenwartskonferenzen in den Gemeinden im nächsten Jahr auch 1-2 Anlässe, wo Begegnung und Bewegung, sowohl interprofessionell, zwischen den Generationen und innerhalb der Bevölkerung der Region Grauholz möglich sein werden.

Die Samen der Vergangenheit sind die Früchte der Zukunft.'

Buddhistische Weisheit