

3. Ausgabe

Februar 2023

In dieser Ausgabe

- 1 Neues aus der Selbsthilfe
Neues für die Selbsthilfe
- 2 Was bringt 2023...???
- 3 Vorträge/Veranstaltungen
- 4 Aktuelles zu unseren
Projekten in der Selbsthilfe
- 5 Interessantes aus Medizin
und Recht
- 6 Verschiedenes

Was bringt das NEUE JAHR...?



der Selbsthilfe Zollernalb



© Heinz Weisser

1 Regelmäßige News aus der Selbsthilfe

Unser Newsletter bietet vielfältige Themen und soll Informationsquelle sowie Orientierungshilfe für Betroffene, Angehörige und Selbsthilfe-Interessierte sein.

Die *SelbsthilfeNews* bündeln aktuelle und wichtige Informationen aus dem Zollernalbkreis sowie nützliche Informationen aus dem gesamten Bundesgebiet.

Alle 2 Monate neu! Ab 2023 erscheint der Newsletter 6 x in den Monaten: **FEBR. / APRIL / JUNI / AUGUST / OKTOBER / DEZEMBER**

2 Was bringt uns das neue Jahr 2023?



Gemeinsam aktiv - "Miteinander - Füreinander"

Wir freuen uns, auch 2023 wieder Selbsthilfe gemeinsam mit Euch zu leben - zu beleben und freuen uns auch auf neue Gruppen und Aktivitäten in unserer großen Runde!

Das Jahr 2022 war geprägt von zahlreichen Herausforderungen und Krisen aber auch erfolgreichen und schönen Momenten.

Die richtigen Weichen in unserer Selbsthilfelandchaft wurden mittlerweile gestellt und wir arbeiten bereits mit Hochdruck daran, damit das neue Jahr 2023 für alle Selbsthilfegruppen und deren Mitglieder erfolgreich wird. **Die zukünftigen Herausforderungen können wir nur gemeinsam mit Euch, mit der KIGS und dem Landratsamt Zollernalb meistern.** Für diese Unterstützung im Voraus unseren herzlichen Dank!

Wir freuen uns deshalb darauf, es mit EUCH ALLEN im Sinne unseres Mottos -

Gemeinsam aktiv - "Miteinander - Füreinander"
anzugehen.

Euer Sprecherrat der Selbsthilfe im Zollernalbkreis

3 Vorträge und Veranstaltungen

Austauschtreffen der Selbsthilfegruppen Leiter*innen



Zollernalbkreis
Landratsamt

Landratsamt Zollernalbkreis · 72334 Balingen

Per Mail an die

Teilnehmer und Teilnehmerinnen des
Austauschtreffens der Selbsthilfegruppenleiter:innen

Dienstgebäude

Stingstraße 17, 72336 Balingen

Sozialamt
Sozialplanung

Zuständig Frau Hermann
Zimmer 176
Telefon 07433/92-1796
Fax 07433/92-1470
E-Mail sozialamt@zollernalbkreis.de
Unser Zeichen 412.1650 - He
(Bitte bei Antwort angeben)
Datum 10.02.2023



Einladung zum Treffen der Selbsthilfegruppenleiter:innen

Sehr geehrte Damen und Herren,

das nächste Treffen findet am

Freitag, den 10.03.2023 um 14:00 Uhr
im Sitzungssaal des Landratsamts Zollernalbkreis
Hirschbergstraße 29, 72336 Balingen

statt.

Folgende Tagesordnung ist vorgesehen:

1. Begrüßung durch Sozial- und Rechtsdezernent – Georg Link
2. Tätigkeitsbericht des Sprecherrats – Heinz Weisser
3. Darstellung der Selbsthilfe auf der Gartenschau Balingen 2023 – Mario Stadtmüller und Adalbert Grillmann
4. Erfahrungen eines Rollstuhlfahrers mit dem öffentlichen Nahverkehr im Zollernalbkreis - Oliver Kern
5. Vorstellung des neuen Patientenfürsprechers der IBB – Herr Johann Widmaier
6. Vorstellung der neuen Gleichstellungsbeauftragten - Frau Silke Edele
7. Vorstellung des neuen Leiters der AMSEL Gruppe Zollernalb – Herr Steffen Baumgart
8. Vorstellung des neuen Vereins Downtown Hechingen
9. Sonstiges / Termin des nächsten Austauschtreffens im Spätsommer/Herbst 2023

Weitere Themen sind gerne gewünscht. Hierzu bitte ich Sie mir Rückmeldung bis zum **28.02.2023** zu geben.

Das Landratsamt Zollernalbkreis stellt den großen Tagungsraum sowie Getränke zur Verfügung, der Sprecherrat sorgt für das leibliche Wohl!

.....

Dieser Termin ist sehr wichtig für alle Leiter*innen von Selbsthilfegruppen! Bei diesen Treffen werden aktuelle Themen, Planungen, wichtige Kontaktstellen und Personen vorgestellt.

Wir würden uns deshalb über einen regen Besuch freuen!

Bitte bringt Eure Fragen, Anregungen und Verbesserungsvorschläge mit!



Falls diese Einladung nicht per E-Mail oder Briefpost zugestellt wurde, bitte melden unter-

selbsthilfe-zollernalb@web.de

VORTRÄGE



THEMA? Pflege und Betreuung
im eigenen Zuhause

WANN? 11. März 2023 / 15:00 Uhr

WO? Haus der Vereine Albstadt

THEMA? Burnout vermeiden?
Wie komme ich raus
aus dem Burnout?

WANN? 15. März 2023 / 19:00 Uhr

WO? Schloßsaal Balingen

THEMA? Leistungen der
Pflegeversicherung

WANN? 23. März 2023 / 17:30 Uhr

WO? Bahnhofsaal, Burladingen



Selbsthilfe-Zollernalb



... Vorträge und Veranstaltungen



Die Parkinson Selbsthilfe Zollernalb lädt ein-
zu einem Vortrag von Home Instead

Thema:

EINTRITT FREI!

Pflege und Betreuung im eigenen Zuhause

INHALT: Unsere Betreuungs- & Pflegeleistungen

Unser Home Instead-Team Zollernalbkreis glaubt daran, dass persönliche Pflege und Betreuung in Ihrem eigenen Zuhause Menschen dabei helfen kann, in Würde und Unabhängigkeit zu altern. Wir begleiten Sie, auch über einen langen Zeitraum. Egal welche Art von Unterstützung oder Betreuung Sie benötigen, wir sind in Ihrem Zuhause an Ihrer Seite. Immer stehen dabei Ihre Wünsche und die Entlastung der pflegenden Familienmitglieder im Mittelpunkt.



Unsere Leistungen passen sich Ihnen individuell an und sind eine ideale Alternative für Sie und Ihre Angehörigen zum Alters- oder Pflegeheim. Wer kommt zu Ihnen? Zuverlässige Betreuungskräfte mit Herz aus unserer Region. Alle sind geschult nach einem Qualitätsstandard, den es so nur bei Home Instead gibt. Ständige Wechsel vermeiden wir, denn Sie sollen sich sicher und umsorgt fühlen.



Wir möchten unseren Kunden genau diese Pflege und Betreuung schenken und ihre Angehörigen dabei entlasten. Ob Betreuung, Pflege oder Alltagsbegleitung – mit persönlicher Verantwortung und individueller Betreuung schaffen wir für Ihre Lieben Geborgenheit und Sicherheit.

Wann findet der Vortrag statt? Am 11. März 2023 um 15:00 Uhr **Wo?** Haus der Vereine, Petrusstr. 10 in Albstadt-Tailfingen

Für unsere Planung und Vorbereitung bitten wir um Anmeldung bei Jürgen Renz, Tel.: 0175 4169065, Mail: js.renz@web.de

Schaffen wir die täglichen
Herausforderungen oder
schaffen sie uns?

Wie kann ich einen Burnout vermeiden-
bzw. wie komme ich wieder raus?



Herzliche Einladung zum Vortrag

**Wie kann ich einen BURNOUT vermeiden-
bzw. wie komme ich wieder raus?**

Wann? Mittwoch, 15. März 2023, 19:00 Uhr

Wo? Saal des Balingen Zollerndeschlosses, Schloßstrasse 5,
72336 Balingen

Eintritt frei! Keine Anmeldung erforderlich!

Laut dem Münchner Institut MILD sind bis zu 13 Millionen Menschen in Deutschland von Burnout betroffen. Die vielfältigen psychischen Belastungen z.B. durch Beruf, Familie und Umwelt erhöhen das Erkrankungsrisiko deutlich.

Woran man eine Burnout Situation erkennt und welche Möglichkeiten es gibt, ein Burnout zu vermeiden, bzw. wie man einen Weg findet um nicht noch weiter in die Burnout-Spirale zu gelangen und was es dabei zu beachten gilt, erfahren die Besucher bei diesem Vortrag.

Der Referent berichtet von konkreten Fällen aus seiner Beratungspraxis und spricht auch über seine eigene Burnout-Erfahrung!

Heinz Weisser aus Balingen ist Burnout-Coach und leitet die Burnout-Hilfe-Zollernalb mit eigener Beratungsstelle!

Wir freuen uns auf viele interessierte Zuhörer, auf ihre Fragen und die Diskussion!

Weitere Informationen – auch zum Vortrag – erhalten Sie unter: Telefon: 07433 2101102 oder 0178 1951031

Internet: www.burnout-hilfe-zollernalb.de Mail: burnout-hilfe-zollernalb@web.de



Der Schwerbehindertenbeauftragte Joachim Tatzel und der VdK Kreisverband Zollernalb laden ein zum Vortrag:

EINTRITT FREI!

Leistungen der Pflegeversicherung

Wann? Am Donnerstag, 23. März 2023, um 17:30 Uhr

Wo? Bahnhofsaal, Bahnhofstr. 11, 72393 Burladingen

Referent: **Armin Rötzel**

(Pflegeberater des Pflegestützpunktes Hechingen)

Der Referent wird den aktuellen Stand dieses wichtigen Themenbereiches behandeln. Das Thema **Vollmacht / Patientenverfügung** wird ebenfalls kurz erläutert.

Im Anschluss an den Vortrag können Fragen an den Referenten gestellt werden!

Da die Plätze begrenzt sind, bitte ich um Voranmeldung unter:
Tel.: 0175 6621024 oder per Mail: joachim.tatzel@web.de

Der Bahnhofsaal Burladingen verfügt über einen barrierefreien Zugang und ein Behinderten WC, so dass diese Veranstaltung für ALLE Menschen zugänglich ist!



Pflege geht jeden an

VORTRÄGE



THEMA? McKenzie Konzept
in der Schmerztherapie

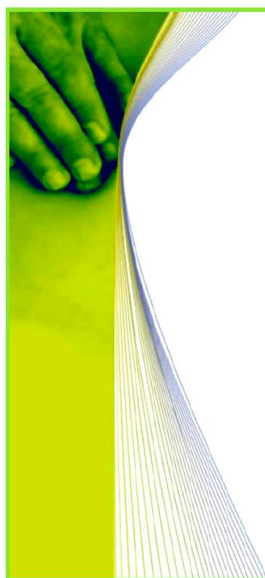
WANN? 28. März 2023

WO? Ort ist abhängig von der
Zahl der Anmeldungen

THEMA? Cannabis & Weihrauch-
Therapie – Neue
Möglichkeiten mit alten
Heilpflanzen

WANN? 4. Mai 2023

WO? Saal im alten Landratsamt
Schloßstrasse, Balingen
direkt neben Zollernschloss



Einladung zum Vortrag:

McKenzie Konzept in der Schmerztherapie

der bekannte Physiotherapeut und Heilpraktiker-

Richard Bock

aus Balingen-Ostdorf wird am 28. März 2023 zu diesem Thema referieren!

Wir bitten um Anmeldung bis zum 12.03.2023, damit die weiteren organisatorischen Details geklärt werden können! Der Veranstaltungsort richtet sich nach der Teilnehmerzahl. Nach der Anmeldung wird Veranstaltungsort und Uhrzeit bekannt gegeben.

Anmeldungen an Ingrid Gonser per Mail: shg-schmerzpatienten-zollernalb@gmx.de
oder Handy: 0172 6016109

Infos zum Vortragsthema:

McKenzie Konzept oder auch MDT = Mechanische Diagnose und Therapie: Sie ist ein Behandlungskonzept, mittels derer sich der Patient durch Eigenübungen von seinen Schmerzen und Funktionseinschränkungen befreit.

Nach einer gezielten Untersuchung wird nur möglichst eine Übung gewählt, die zur Reduktion der Symptomatik führt. Das Ergebnis, auch bei chronischen Beschwerden, stellt sich oft schon nach wenigen Tagen ein. Die Besonderheit der Therapie liegt in der effizienten Behandlung des Bandscheibenvorfalles.

Die MDT zeichnet sich vor allem durch eine hohe Reliabilität aus. D.h. die Übereinstimmung von eruierten Störungen hat einen sehr hohen Wiedererkennungswert. Zahlreiche Studien belegen die Wirksamkeit der Technik und heben diese somit auch zurecht von anderen ab.

Vortrag von –

Apotheker Herr Johannes Ertelt

Vortragsthema:

"Cannabis- & Weihrauch-Therapie - Neue Möglichkeiten mit alten Heilpflanzen"



Weihrauch ist ein Harz, das bereits seit Jahrtausenden und über verschiedene Kulturen hinweg zu Heilzwecken verwendet wird. Mit seiner großen Bandbreite an Therapiemöglichkeiten nahm dieses wertvolle Harz auch in der traditionellen europäischen Medizin eine wichtige Rolle ein. Der erfolgreiche therapeutische Einsatz von Weihrauch bei entzündlichen Erkrankungen wie Asthma, Rheuma, Darmerkrankungen (beispielsweise Morbus Crohn, Colitis ulcerosa), neurologischen Leiden (wie Multiple Sklerose), Hauterkrankungen (wie Psoriasis, Neurodermitis) oder onkologische Erkrankungen wird heute zunehmend auch von wissenschaftlichen Studien bestätigt.

Was ist eigentlich Weihrauch genau? Wie wirkt Weihrauch? Was ist in der Weihrauchtherapie zu beachten? Hat Weihrauch auch einen Nutzen bei Fibromyalgie?

Auch die Cannabis-Therapie ist in aller Munde. Gestern nur als Rauschdroge bekannt, heute immer mehr als Arzneimittel genutzt. Potentielle Kunden werden im Internet und selbst im Supermarkt mit diversen Produkten wie z.B. "Cannabis-Ölen" uvm. stark umworben. Doch was taugen solche Produkte überhaupt? Worauf ist zu achten? Wer kann von einer Cannabis-Therapie profitieren? Wie wird eine Cannabis-Therapie begonnen?

Der Vortrag zu diesen interessanten Themen findet statt am-

04. Mai 2023 um 17:30 Uhr, im Saal „Altes Landratsamt“ neben dem Zollern-Schloss, Eingang Schlossstraße, in Balingen.

WICHTIG:

Bitte unbedingt telefonisch anmelden wegen der begrenzten Sitzplätze!

Anmeldung bis 26. April bitte an –

Barbara Nerz, Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe-Zollernalb, 01575 8472442.

PRESSEPROJEKT mit dem



AUS DEM ZOLLERNALBKREIS

Geteiltes Leid ist halbes Leid

ZAK porträtiert Selbsthilfegruppen im Zollernalbkreis gibt es 60 solcher Zusammenschlüsse



**JETZT SEID
IHR DRAN!**

4 Aktuelles zu unseren Projekten

Unser PRESSEPROJEKT mit dem Zollern-Alb-Kurier startete mit einer Basis-Information (Artikel vom 31.01.2023 – siehe links) über dieses langandauernde Vorhaben.

Bei dieser Serie hat jede Selbsthilfegruppe die Möglichkeit, ihre Aktivitäten vorzustellen und für sich selbst zu werben.

Redaktionsmitglieder des ZAK werden auch Interviews in Euren Gruppen durchführen... auf Wunsch natürlich unter Wahrung der Anonymität von Personen.

Die Berichte der einzelnen Gruppen erscheinen nun in unregelmäßigen Abständen !

Wenn Eure Gruppe Unterstützung benötigt bei der Aufarbeitung der Themen, meldet Euch bitte beim Sprecherrat, wir helfen gerne!

TOUCH TERMINAL

easy pc stand 42"
Kioskterminal



Viele Tage Einarbeitung und Konfiguration waren notwendig.... aber nun kann wie im letzten Newsletter angekündigt, das Touch-Terminal bei unserem nächsten Treff der SHG-Leiter*innen am Freitag 10.März 2023 im Landratsamt in einer Vorab-Version der Software getestet werden.

Der erste Praxistest des **TOUCH-TERMINALS** wird auf den **Gesundheitstagen 2023 in Balingen** stattfinden. So können auch die Selbsthilfegruppen des Zollernalbkreises präsentiert werden, die momentan nicht am Stand vertreten sind. Das Gerät wird mit Sicherheit zum Blickfang – egal ob auf der Messe oder bei anderen Veranstaltungen.

... an das Landratsamt Zollernalb!!

Ohne die Finanzierung durch das Landratsamt wäre dieses Projekt nicht zustande gekommen!



Gesundheitstage Balingen **Fit Gesund 2023**

Der Selbsthilfe – Stand der **AOK-KIGS** bietet bei den Gesundheitstagen in Balingen am **22. und 23. April 2023 in der Volksbank-Messe** den Besuchern wieder viele Informationen rund um das Angebot unserer SELBSTHILFE – GRUPPEN im Zollernalbkreis.
Wir freuen uns auf viele Besucher!



Wenn ihr bezüglich Flyer oder Rollups Fragen habt, meldet Euch bitte bei uns!





Über den aktuellen Stand unserer Beteiligung an der Gartenschau 2023 in Balingen wird am Freitag, 10. März im Landratsamt ausführlich informiert!

Fachtag am 23. Juli 2023
„Sucht hat viele Gesichter“
Sucht geht uns alle an!



Bitte schon vormerken!





Kooperationspartner:
AOK KIGS – Renate Lerner-Kleinmann
Telefon: 07433 / 252-2712
Mail: renate.lerner-kleinmann@aoe-ack.de
Elternselbsthilfe Zollernalbkreis für suchtspezifische
und suchtkranke Töchter und Söhne – Adalbert Gilmann
Telefon: 07433 / 1480741
Mail: a.gilmann@elternselbsthilfe-zak.de

**Programm des Fachtags Sucht unter dem Motto:
„Sucht hat viele Gesichter – Sucht geht uns alle an“
am Sonntag, 23.07.2023 bei der Gartenschau Balingen**

Uhrzeit	Programmpunkt / Bemerkungen
9:30	Begrüßung durch Adalbert Gilmann (ESH-ZAK) und Renate Lerner-Kleinmann (AOK) Ort: Hauptbühne auf der Charlottenstraße
9:40	Grußworte Schimherr (Landrat bzw. Vertreter) Ort: Hauptbühne auf der Charlottenstraße
9:50	Grußworte Oberbürgermeister bzw. dessen Vertreter Ort: Hauptbühne auf der Charlottenstraße
10:00	Vortrag zu Medikamentensucht Thema: „Medikamente und Abhängigkeit“ - Wann spricht man von Abhängigkeit und wann nicht? - Problematische Arzneimittelgruppen - Anschließend steht Herr Bieger für Fragen zur Verfügung. von Roland Bieger - Facharzt für klinische Pharmazie und Leiter der Zentralapothek Zollernalb Klinik. Dauer: 30 Min. / 15 Min. für Fragen Ort des Vortrages: Im Voyer der Stadthalle Balingen
10:45	Vortrag zu Essstörungen Thema: „Essstörungen, Magersucht, Bulimie und Co.“ - die Anorexie (Magersucht) - die Bulimie (Ess-Brech-Sucht) - die Binge-Eating-Störung (regelmäßig auftretende Essanfälle ohne gewichtregulierende Maßnahmen) von Dr. Dipl.-Psych. Gabi Resneck Dauer: 30 Min. / 15 Min. für Fragen Ort des Vortrages: Im Voyer der Stadthalle Balingen
11:30	Vortrag zu Pathologisches Glücksspiel Thema: „Der will doch nur spielen“ von Daniel Nakhla – Psychologischer Psychotherapeut (PP) - Spielverhalten beherrscht persönliche Lebensführung - Beeinträchtigung der sozialen, beruflichen und materiellen Belange - Ständiges Gedankenkreisen um das Spielen - Therapeutische Strategien Dauer: 30 Min. / 15 Min. für Fragen Ort des Vortrages: Im Voyer der Stadthalle Balingen
12:15	Theaterstück der Wilden Bühne „Forumtheater“ zum Thema Sucht - Szene mit Bearbeitung im Publikum; der Fokus liegt hier bei den Eltern. Dauer: 45 Min. Ort des Theaters: Hauptbühne auf der Charlottenstraße
13:15	Vortrag zu Mediensucht Thema: „Internet, Handy, Computer und Co.“ von Dr. Gottfried Maria Barth - Allgemeines zur Mediensucht - Was macht übermäßiger Konsum mit uns sowohl geistig und körperlich? Konzentrationsstörungen, Sprachentwicklungsstörungen, motorischer Hyperaktivität.

		Kooperationspartner: AOK KIGS – Renate Lerner-Kleinmann Telefon: 07433 / 252-2712 Mail: renate.lerner-kleinmann@aoe-ack.de Elternselbsthilfe Zollernalbkreis für suchtspezifische und suchtkranke Töchter und Söhne – Adalbert Gilmann Telefon: 07433 / 1480741 Mail: a.gilmann@elternselbsthilfe-zak.de	
	Urmische, Alleenbalken Dauer: 30 Min. / 15 Min. für Fragen Ort des Vortrages: Hauptbühne auf der Charlottenstraße		
14:00	Vortrag zu Drogensucht Thema: „Doppeldiagnose – drogeninduzierte Psychose und psychische Erkrankungen“ von Dr. Wolfgang Indlekofer - Allgemeines zu Doppeldiagnose - Psychische Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen und Zwänge in der Sucht - Die Entwicklungen der letzten 20 Jahre in der Sucht Dauer: 30 Min. / 15 Min. für Fragen		
14:45	Theaterstück der Wilden Bühne „Improtheater“ Improvisationstheater ist vom Geheimtipp der Kleinkunstszene längst zum Kultereignis avanciert. Ungeplant, unvorhersehbar jede Szene ist eine Premiere, bei der Sie als Zuschauer Regie führen, indem Sie per Zuruf Vorgaben wie Ort, Titel etc. bestimmen. So entstehen einzigartige Geschichten. Dauer: 30-45 Min. Ort des Vortrages: Hauptbühne auf der Charlottenstraße		
15:30	Präventionsvortrag Thema „Suchtprävention ist Persönlichkeitsentwicklung“ mit Mathias Wald - Spricht die Jugendlichen an, die Finger von den Drogen zu lassen. Dauer: 60 Min. / 15 Min. für Fragen Ort des Vortrages: Hauptbühne auf der Charlottenstraße		
16:45	Podiumsdiskussion zum Thema „Sucht im Familiensystem“ mit: - Suchtberatungsstelle (Hen Weisse, Diakonie Balingen) - Betroffener / Ex-Betroffener (Mathias Wald) - Betroffener Vater von zwei (Ex-)Drogensüchtigen (Adalbert Gilmann) - Suchttherapeutin (Evelyn Hilcock) - Arzt Psychologe (Wolfgang Indlekofer) - Sozialpädagoge (Tom Ulrich) - 1. Vorsitzender des Bundesverbandes für Elternkreise (Wolf Hahner) Moderation durch Julia Kleibitz (SWR4) Ort des Vortrages: Hauptbühne auf der Charlottenstraße		
18:15	Vortrag „Elternselbsthilfe – weil es hilft“ mit Adalbert Gilmann - Warum ist es für Eltern wichtig in eine Elternselbsthilfe zu gehen? - Meine eigene Erfahrung mit der Elternselbsthilfe - Ohne Elternselbsthilfe ist fast keine Änderung möglich. Dauer: 30 Min. / 15 Min. für Fragen Ort des Vortrages: Hauptbühne auf der Charlottenstraße		
18:45	Ende der Veranstaltung – Abschlussrede von Adalbert Gilmann Ort des Vortrages: Hauptbühne auf der Charlottenstraße		

Infoblätter zu diesem Fachtag liegen am 10.3. im Landratsamt aus!

Arznei-News

[zum Artikel](#)

[zum Artikel](#)

[zum Artikel](#)



Veröffentlicht von:
Rechtsanwalt Felix Kirk
★★★★★ (81)
Schwerbehindertenrecht •

www.anwalt.de



5 Interessantes aus Medizin und Recht

Nikotinentzug • Maschinelles Lernen entdeckt Medikamente zum Nikotinentzug. Dextromethorphan und Galantamin könnten Rauchern helfen, mit dem Rauchen aufzuhören

Zahnextraktion • Zahnextraktion: Die besten Medikamente gegen die Schmerzen. Akute postoperative Schmerzen nach einer Zahnextraktion bei der erwachsenen Bevölkerung: Medikamentenvergleich

Schmerzen • Chronische Schmerzen: Sind Antidepressiva wirksam? Studie untersuchte die Wirksamkeit von Antidepressiva zur Behandlung von chronischen Schmerzen bei Erwachsenen

Schwerbehinderung, Grad der Behinderung (GdB) 50 bei Depression

Die Depression gehört zu den häufigsten und zugleich meist unterschätzten Erkrankungen. In Deutschland sind derzeit ca. 8,2 % der Bevölkerung betroffen. Dies entspricht über 5 Millionen Bundesbürgern.

Dauert eine Depression länger als 6 Monate, können Betroffene einen Antrag auf Anerkennung einer Behinderung bzw. Schwerbehinderung beim zuständigen Versorgungsamt stellen.

In der [Versorgungsmedizinverordnung](#) heißt es hierzu wie folgt (Hervorhebungen durch den Unterzeichner:

	GdB
Leichtere psychovegetative oder psychische Störungen	0 - 20
<i>Stärker behindernde Störungen mit wesentlicher Einschränkung der Erlebnis- und Gestaltungsfähigkeit (z.B. ausgeprägtere depressive, hypochondrische, asthenische oder phobische Störungen, Entwicklungen mit Krankheitswert, somatoforme Störungen)</i>	30 - 40
<i>Schwere Störungen (z.B. schwere Zwangskrankheit) mit mittelgradigen sozialen Anpassungsschwierigkeiten</i>	50 - 70
<i>mit schweren sozialen Anpassungsschwierigkeiten</i>	80 - 100

Mittelgradige soziale Anpassungsschwierigkeiten werden angenommen bei einer in den meisten Berufen sich auswirkenden psychischen Veränderung, die zwar eine weitere Tätigkeit grundsätzlich noch erlaubt, jedoch eine verminderte Einsatzfähigkeit bedingt, die auch eine berufliche Gefährdung einschließt; als weiteres Kriterium werden erhebliche familiäre Probleme durch Kontaktverlust und affektive Nivellierung genannt, aber noch keine Isolierung, noch kein sozialer Rückzug in einem Umfang, der z.B. eine vorher intakte Ehe stark gefährden könnte.

Insbesondere bei der rezidivierenden depressiven Störung handelt es sich um eine Störung, die durch wiederholte depressive Episoden charakterisiert ist.

Zu beachten ist, dass sich die Höhe des Grades der Behinderung nicht nach der Diagnose richtig. Vielmehr ist es entscheidend, welche Folgen und Beeinträchtigungen diese mit sich zieht. Die Höhe des Grades der Behinderung hängt von dem jeweiligen Einzelfall ab.

Den kompletten Artikel finden Sie unter folgendem Link:

<https://www.anwalt.de/rechtstipps/schwerbehinderung-grad-der-behinderung-gdb-50-bei-depression-207817.html>



6 Verschiedenes

Nichts ist so gut, dass es nicht verbessert werden kann!

Für die nächsten Ausgaben unseres Newsletters bitte ich die Empfänger um eine ehrliche Rückmeldung, (Kritik, Verbesserungs- und Änderungswünsche, Themenvorschläge usw.)... bitte an folgende E-Mail Adresse: selbsthilfe-zollernalb@web.de

Auch bei unseren ernsten Themen in der Selbsthilfe darf der HUMOR nicht zu kurz kommen!

Lachen ist immer noch die beste Medizin!

