CI-SHG Freiburg

Was für ein Jahr – das Corona-Jahr 2020 – und das zu Beginn meiner Selbsthilfegruppenleitung. Ich möchte euch hier einen kleinen Rückblick über das Jahr 2020 geben:

Januar
Am 18.1. fuhr ich zu meinem **1. Cochlear Beraterseminar** nach Mannheim: Hier wurden uns Neuheiten von der Firma Cochlear vorgestellt. Interessant war der Vortrag von Dr. Oliver Rien: Empowerment. Über einen etwas anderen Vortrag durften wir SHG-LeiterInnen uns beim Cochlear Beraterseminar freuen: Wir wurden auf eine virtuelle Reise in den OP-Saal in ein Mannheimer Hotel eingeladen. Uns wurde demonstriert, wie sich das neue Implantat in die Hörschnecke einfügen lässt. War so genial!

Februar
Mit dem Zug fuhr ich am 4.2. nach Villingen, um den **Pauschalförderungsantrag** zu stellen. Hier wurden uns die Veränderungen und Neuerungen bei der Antragstellung gegenüber dem Vorjahr erläutert. Puh, hier rauchte mir der Kopf, da dies für mich ein ganz neues Thema war. Gut war, dass ich Ulrika Kunz an meiner Seite hatte. Eine sehr erfahrene SHG-Frau. Vielen Dank, Ulrika.

Dank Ulrika Kunz klappte die Antragsstellung für die Pauschalförderung

Unser 1. SHG-Treffen im Jahr 2020 fand am 8.2. statt. David Staiger von der Hörwelt Freiburg besuchte uns zum Thema **„Die Geheimnisse der Fernbedienungen"**. Nach einer kurzen Präsentation gab es viele Fragen rund um die Fernbedienung. Damit alle gut beantwortet werden konnten, verteilten sich die Teilnehmer nach dem Fabrikat ihres CIs, sodass am runden Tisch direkt die Praxis ausprobiert werden konnte. Bei leckerem Kuchen und Kaffee wurde munter der Alltag rund um das Hören mit dem CI besprochen und Erfahrungen ausgetauscht.
Selbsthilfegruppen-Gesamttreffen in Freiburg am 18.2., Heidi Feiler begleitete mich. Hier wurden wir zu verschiedenen Tagesordnungspunkten wie Selbsthilfeförderung nach § 20, Lotsennetzwerk, 900-Jahr-Feier Freiburg, Boulevard des Engagements informiert. Ein weiteres Thema war der Integrationstag im Mai 2020 in Freiburg. Hier habe ich die SHG Freiburg mit einem Stand angemeldet (statt CI-Tag).

Juli
Das **1. Freiburger CI-Webinar** am 3.7. war toll besucht. Eine erste digitale Erfahrung für viele. Corona war das Stichwort. Die SHG wurde von Ulrike Berger vertreten. Sie hat einen sehr authentischen Vortrag darüber, wie wichtig unsere SHG-Treffen für uns sind, gehalten. Ebenso wurde das Thema „Mundschutz ..." behandelt. Dadurch sind wir zusätzlich sehr eingeschränkt, um 10–20 dB kann ein Mundschutz die Sprache mindern!
Am 18.7. fuhr ich nach Stuttgart zu einer **Konferenz des DSB Süd**. Eine kleine und intensive Veranstaltung durfte ich besuchen. Ottmar Braschler von der Hörwelt in Konstanz war vor Ort und hat uns die Vielfalt des Zubehörs für Hörgeräte und CI nähergebracht. Weiter ging es um das Thema „Inklusion". Der DSB-Vorsitzender Dr. Matthias Müller stellte sich und den Sitz des DSB

Ottmar Braschler referiert über technisches Zubehör für Hörgeräte und CI bei der Konferenz des DSB Süd

in Berlin vor. Durch die Soundfield- und Induktionsanlage sowie begleitet von zwei Online-Schriftdolmetschern konnten wir dem Vortrag bestens folgen. Nach dem Mittagessen starteten wir in eine rege Diskussionsrunde.
Die SHG Freiburg meldete sich am 25.7. aus dem verordneten „Dornröschenschlaf" in kirchlichen Räumen zurück mit einem sehr interessanten Vortrag zum Thema **„Teilhabegesetz und die Arbeit in der EUTB"**, den Christine Blank-Jost hielt.

Referentin Christine Blank-Jost bei der Informationsveranstaltung zur EUTB

Worum geht es bei diesem Thema? Es geht um die ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) für Menschen mit Behinderungen oder solche, die bald mit einer Behinderung zu tun haben könnten, sowie deren Angehörige und Verwandte. Verabschiedet wurde das Bundesteilhabegesetz (BTHG) am 16.2.2016 im Bundestag. Ziele dieses Gesetzes sind u. a. die Selbstbestimmung und Stärkung der Menschen mit Behinderungen, heißt auch, weg vom Fürsorgesystem hin zum selbstbestimmten Leben. Bei der EUTB kann jeder eine individuelle kostenlose Beratung zu Fragen bzgl. Rehabilitation und Teilhabe erhalten. Die Beratungsstelle berät die Ratsuchenden auf Augenhöhe neutral, individuell und vertraulich nach der Methode Peer Counseling. Das bedeutet, Menschen mit Behinderungen beraten Menschen mit Behinderungen, welche aus einer Gruppe mit gleichen bzw. ähnlichen Erfahrungen kommen. Die Beratungsstellen der EUTB sind vernetzt und arbeiten übergreifend mit verschiedenen Stellen zusammen „Eine für alle – alle für einen". An dieser Stelle ein Tipp für die Online-Suche: www.Teilhabeberatung.de Hier kann nach Beratungsstellen in Deutschland gesucht werden sowie nach Stichwort bzw. Schlagwort u. a. Eine Beratung kann in Corona-Zeiten auch per Videokonferenz stattfinden.

August
Am 4.8. traf ich mich mit Martin Fischer, der das **Haus der Hörgeschädigten** in Freiburg leitet. Hier möchte ich einen Kontakt aufbauen, damit wir die Räumlichkeiten nutzen dürfen. Ebenso war es wichtig, uns einmal kennenzulernen, um evtl. eine Brücke zum Schwerhörigenverein in Freiburg aufbauen zu können.

September
Mitgliederversammlung des CIV-BaWü in Herrenberg-Gültstein am 5.9., erstes Livetreffen mit anderen SHG-Leitern unter Berücksichtigung aller Corona-Hygieneauflagen. Klein, jedoch fein – und schön, sich mal wieder live sehen zu können.

Bei der Mitgliederversammlung des CIV-BaWü konnten wir uns endlich wieder sehen

Schwing dich ins Glück – **„Workshop mit Stimmgabeln"** lautete unter Corona-Regeln ein Projekt der CI-SHG Freiburg. Der Samstag, 26.9., war ein Regentag wie schon lange nicht mehr, das richtige Wetter für diesen Projekttag. Mit 17 Personen veranstalteten wir mit dem Stimmgabel-Therapeuten Alexander Kiefer ein Tagesprojekt. Stimmgabeln – jeder kennt sie und bringt sie mit Musik oder mit HNO-Tests in Verbindung. Aber Entspannung mit und durch Stimmgabeln? Alexander Kiefer erklärte es uns, führte es uns anhand dieser Instrumente vor. Bevor es zu den

eigentlichen Übungen mit den Stimmgabeln kam, gab es eine kurze Einführung zur Anatomie des menschlichen Körpers, zur Körperwahrnehmung, inclusive gesundheitsfördernder Ernährungshinweise.
Nach der Erklärung zur Wirkungsweise der Stimmgabeln auf den Körper zeigte uns Alexander Kiefer ihre Anwendung. Die Betonung liegt auf dem Beginn der Behandlung an der Fußsohle, dem gesamten Fuß sowie dem anschließenden langsamen Hocharbeiten entlang der Beine, Hüfte und Wirbelsäule. Nun durften wir in Zweiergruppen loslegen. Der Anschlag der Stimmgabeln benötigte zwar etwas Übung, doch allen gelang es gut. Die Stimmgabel funktioniert bei 64 Hertz. Diese 64 Hertz fühlen sich wie Katzenschnurren an. Am Ende des Tages waren alle von den wohltuenden Schwingungen ganz entspannt. Es fehlte uns an nichts an diesem Projekttag: Es gab was Leckeres aus Ulrikes und Nicoles Küche.

„Schwing dich ins Glück" – das war das Motto des Stimmgabelprojekts im September

Fazit: Wiederholung dieses Projekts wird gewünscht und wir gingen mit der Erkenntnis nach Hause, dass man mit wenigen Mitteln selbst etwas zu seinem eigenen Wohlbefinden beitragen kann.

Online-Seminar der Firma Oticon: Markus Landwehr und sein Kollege zeigten uns am 21.9. online den neuen Prozessor Neuro 2 mit seinen Funktionsweisen. Sehr interessant war die Vielfalt des Streamers. Abgerundet wurde das Seminar mit der Information, welches Zubehör es zum Neuro 2 gibt, z. B. das wasserdichte Swim-Kit und das Connect Line Zubehör – diese wurden ebenfalls vorgestellt.

November
Ein **Online-Seminar mit Professor Antje Aschendorff** für uns SHG-LeiterInnen wurde am 6.11. organisiert. Ein sehr umfangreiches Seminar mit vielen Inhalten wie zu den Themen Risiken und Nebenwirkung einer CI-OP, Aufklärung über eine CI-OP, Impfungen. MRT nach CI-OP ist ein viel gefragtes Thema bei CI-Trägern. Weitere Themen waren Impfungen, Hirnhautentzündung, Mittelohrentzündung, Druckausgleich – um einige zu nennen. Nach ca. zwei Stunden Input freuten sich unsere Ohren auf eine Hörpause.
Ich fand es sehr schön, endlich mal wieder SHG-LeiterInnen zwar nicht persönlich, jedoch online nach langer Corona-Zeit wiedersehen zu dürfen. Herzlichen Dank an dieser Stelle nochmals an Prof. Antje Aschendorff für ihr sehr ausführliches Online-Seminar und dass sie auf alle Fragen eingegangen ist.
Das CIV-BaWü-Vorstandsteam traf sich am 14.11. online zur **Vorstandssitzung** (mit Schriftdolmetschern). Im Anschluss sind wir SHG-Leiter online dazugestoßen, um aktuelle Themen vom Vorstand zu besprechen. Eine kurzweilige Online-Besprechung – schön war es auch, allen mal wieder Hallo zu sagen.
1. Online-Seminar von der **Firma Advanced Bionics** (AB) am 18.11., leider hatte ich da technische Probleme mit dem Ton und konnte nichts akustisch mitbekommen. AB hat ihre Produktneuheiten vorgestellt. Sie möchte monatliche Online-Treffen zu speziellen Themen anbieten.
Besuch des Online Seminars vom CIV-NRW am 21.11. zum Thema **„Selbstliebe, Selbstwert und Selbstbewusstsein"**. Ein sehr interessantes Thema. Das Online-Seminar leitete Viola Dingler. Sie arbeitet als Logopädin in Berlin.
Diese drei oben erwähnten wichtigen Begriffe haben wir intensiv besprochen. Empowerment war hier wieder mal das Stichwort. Ich selbst habe bei mir festgestellt, dass dies ein ganz, ganz wichtiges Thema für uns CI-Träger ist. Dieses Thema sollte eigentlich live und praktisch in einem WE-Workshop bearbeitet werden. Ich hoffe, dass dieser Workshop im Jahr 2021 stattfinden kann.

Im Dezember konnte ich leider krankheitsbedingt keine Online-Kurse besuchen.

Folgende Termine wurden aufgrund der Corona-Pandemie abgesagt:

7.3.
Tag des Hörens in Heidelberg

25.4.
SHG-Treffen, Thema:
CI-Versorgung in Deutschland

9.5.
Integrationstag zur
900-Jahr-Feier in Freiburg

18.–21.6.
DCIG Fachtagung in Hamburg

4./5.7.
Workshop Firma Oticon

30.7.–1.8.
Workshop MED-EL

Oktober 2020
Selbsthilfegruppenleiterseminar DCIG

November
CI-Symposium in St. Wendel

12.12.
SHG-Weihnachtsfeier

Ich möchte mich auf diesem Wege bei allen unseren Mitgliedern für ihr Kommen und Vertrauen bei den leider nur wenigen „Live"-Veranstaltungen herzlich bedanken. An dieser Stelle ein ebenfalls herzliches Dankeschön an all diejenigen, welche uns unterstützen, sei es durch ihre Anwesenheit oder Kuchenspenden und ihre Hilfe. Dem ICF ein herzliches Dankeschön für die Bereitstellung der Räumlichkeiten, den Referenten für ihr Engagement und ihr Kommen. Der AOK vielen Dank für die Förderung.

Ich wünsche mir und uns, dass wir uns im neuen Jahr wieder mehr „live" sehen dürfen.

Herzlich
Nicole Ketterer

Wir freuen uns, wenn 2021 solche Begegnungen wieder stattfinden können