

Im Sommer ein Eis zu essen ist ein völlig normaler Spaß. Doch diese kleine Freude kann Menschen mit Übergewicht große Überwindung kosten. Wer durch die Fußgängerzone schlendert, die kalte Süßigkeit genießt und dabei dick ist, muss noch immer mit abwertenden Blicken oder Sprüchen rechnen. Sollte der Beleidigte reagieren? Oder lieber ignorieren? „Eigentlich tut es einem weh, aber man überspielt es meist“, sagt Jenny Fink aus Märkisch-Oderland.

Doch Resignation oder Selbstmitleid liegen der jungen Frau aus dem Oderbruch nicht. Sie geht lieber raus und unternimmt etwas, wenn es ihr schlecht geht oder überlegt sich einen Konter fürs nächste Mal. Und sie ist nicht allein. An ihrer Seite hat sie mehrere Gleichgesinnte. Zusammen nennen sie sich Pfundsweiber und bilden eine Selbsthilfegruppe. Doch mit dem Klischee des Stuhlkreises hat das, was passiert, wenn sich die zehn Mitglieder zweimal im Monat treffen, wenig zu tun.

Die Frauen aus Gusow sind einander nicht nur Gefährtinnen, die wortlos verstehen, wie schmerzhaft es sein kann, in dieser Gesellschaft als übergewichtig zu gelten. Sie eint der Wunsch, produktiv mit ihrer Situation umzugehen – gemeinsames Abnehmen ist daher ausdrücklich nicht das Hauptziel. „Jeder Mensch ist anders und verliert auf eine ganz andere Weise Gewicht“, erklärt Jenny Fink. Statt gemeinsam eine Low-Carb-Diät durchzuziehen, laden sie sich Referenten ein, die zur Wirkweise von Schüssler Salzen sprechen oder ihnen zeigen, wie Nordic Walking funktioniert. Ohnehin gehört Bewegung fest zum Programm – mindestens zehn Minuten, bei jedem Treffen. Manchmal gehen sie zusammen wandern oder fahren in den Spreewald. „In den schwankenden Kahn zu steigen und nicht ins Wasser zu fallen – damit habe ich eine Angst überwunden“, erzählt Fink.

Sich gemeinsam dem stellen, was sie sonst fürchten, gehört ebenfalls zur Idee hinter den Pfundsweibern. Während der Buckower Rosentage im Juni führten sie öffentlich eine Hutmodenschau auf. Für jede Kopfbedeckung hatten sich die Frauen ein Alter Ego ausgedacht. Etwa die reiche Witwe und von Rennpferden begeisterte Katharina von Bollersdorf. Im echten Leben heißt sie Kathrin Tenner und fühlt sich vom Wesen ihrer Rolle weit entfernt. Der Grund, weshalb sie der Auftritt Überwindung kostete, war aber ein anderer. „Mir ging es ganz furchtbar, da es einer der wärmsten Tage im Jahr war.“

Doch der Stolz, es geschafft zu haben und öffentlich aufzutreten zu sein, überwog. „Es geht, wenn man nur will. So kaputt wie uns diese Gesellschaft manchmal sehen will, sind wir eben nicht.“ Die Geschichte der Pfundsweiber begann mit Kathrin Tenner und ihrem Neujahrsvorsatz, mit Gleichgesinnten gesünder zu leben und abzunehmen.

Hilfe bekamen sie von der Rekis Selbsthilfekontaktstelle in Strausberg, die genau für solche Vorhaben existiert. „Betroffene verstehen andere Betroffene viel besser, manchmal so-



## Niemand muss allein kämpfen

**Selbsthilfe** In Brandenburg kann das Gute trotzdem nah sein. Wer Übergewicht hat, an Krebs, Depressionen oder anderen Krankheiten leidet, muss damit nicht allein sein – Gleichgesinnte können schon nebenan warten. Von Katharina Schmidt

gar ohne Worte“, erklärt die Koordinatorin Christin Gerlach. „Menschen können in Selbsthilfegruppen Halt und Zuversicht finden, aber auch wieder den Spaß am Leben entdecken.“ Es sind dabei oft Themen, die einen ein Leben lang begleiten: Sucht, Diabetes, Krebs oder Sehbehinderungen. Seit einigen Jahren werden psychische Erkrankungen wie Ängste oder Depression zunehmend zum Thema.

**„Krankenkassen gewähren eine Grundförderung, Organisationstalent ist somit von Vorteil.“**

Auch haben sich neue Gruppen zu Long Covid und Post-Covid gegründet, berichtet Marion Brunnert, die in Bad Freienwalde eine Selbsthilfekontaktstelle leitet. Zudem gehört sie dem Vorstand der Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfekontaktstellen in Brandenburg (LAGS) an. Das Dach für die insgesamt 22 Anlaufstellen gibt es seit mittlerweile 30 Jahren.

Doch die Selbsthilfegruppen – wie es schon im Namen impliziert ist – leben von der Initiative ihrer Mitglieder. Bürokratisches Geschick ist zudem von Vorteil.

Jenny Fink (l.) mit Kathrin Tenner (r.) von den Pfundsfrauen aus Gusow beraten sich mit Christin Gerlach von der Rekis-Selbsthilfekontaktstelle in Märkisch-Oderland

Foto: Katharina Schmidt



Ob Depressionen, chronische Erkrankungen oder Krebs – in Brandenburg muss niemand allein damit umgehen. Man muss nur wissen, wie man gleichermaßen Betroffene findet.

Foto: pixabay

Denn die Krankenkassenvereinigung in Brandenburg gewährt eine Grundförderung für Selbsthilfegruppen pro Jahr. „Wir sind gesegnet, da unsere Gruppe aus Frauen besteht, die mit Anträgen umgehen können“, sagt Kathrin Tenner. Etwa zwölf Seiten umfassende der Antrag – nötig ist er nicht, um eine Gruppe zu gründen, aber vom kleinen Kapital kann etwa die Raummiete gezahlt werden.

„Die Gruppen sollten sich nicht im häuslichen Bereich treffen, da die Selbsthilfe schließlich auch als Entlastung für Familien und Angehörige gedacht ist“, erklärt Marion Brunnert. Um den Zuschlag zu erhalten, muss die Gruppe sechs Monate bestehen und mindestens sechs Mitglieder haben. Zusätzliche Förderungen zahlen die Krankenkassen für spezifische, gesundheitsbezogene Projekte.

Koordinatorinnen wie Christin Gerlach und Marion Brunnert stehen bei der Gründung beratend zur Seite und bieten zum Start einen Ort zum Treffen an. „Die Räume stellen wir kostenfrei zur Verfügung oder unterstützen mit Kontakten für andere Treffpunkte“, so Gerlach. Für etablierte Selbsthilfegruppen wie den Pfundsfrauen sei die Kontaktstelle in Strausberg noch heute ein wichtiger Partner, allein schon für die Vernetzung mit anderen Gruppen.

Thematisch sind Gerlach und Brunnert jedoch nicht in den Gruppen involviert – auch andere Fachpersonal wie Psychotherapeuten gehört explizit nicht dazu. Dann wäre es keine Selbsthilfegruppe mehr, sagt Gerlach, die die Hilfe zur Selbsthilfe als vierte Säule im Gesundheitswesen bezeichnet. „Zuhören, sich Halt geben und regelmäßiger Austausch – all das kann vom herkömmlichen Gesundheitssystem nicht gestemmt werden. Selbsthilfegruppen hingegen können das leisten. Nur wissen leider zu wenige davon.“ Denn es lastet ein Image-Problem auf den Selbsthilfegruppen, die häufig noch das Bild von jammernden Menschen in Stuhlkreisen wecken. Der Dachverein LAGS versucht daher, das Bild zu schärfen, etwa mit der Kampagne Kreismeister.

**Die einzige Medizin bei Tinnitus**

Brandenburger aus verschiedenen Regionen schildern als Kreismeister in selbst verfassten Geschichten ihre Erfahrungen mit der lokalen Selbsthilfe – wie Renate Gössel aus Perleberg, die von einem Tinnitus geplagt ist: „Bis heute ist die Selbsthilfegruppe die einzige Medizin. Aber du kannst sie dir nur selbst verschreiben. Sie bringt die Klänge im Ohr nicht zum Schweigen. Aber sie lenkt ab und saugt Kummer auf.“ Genau damit fülle die Selbsthilfe eine Lücke, findet Christin Gerlach. „Natürlich wird in den Gruppen auch über Tiefpunkte gesprochen. Nicht jeder fühlt sich damit wohl. Doch ich rate dazu, es mindestens auszuprobieren und sich darauf einzulassen.“

Infos zu Selbsthilfegruppen in der eigenen Region oder zur Gründung sind auf der Webseite der LAGS unter [www.selbsthilfe-brandenburg.de](http://www.selbsthilfe-brandenburg.de) zu finden.

## Awo-Chefin erhält im Jahr 150.000 Euro

**Sozialverband** Zur monatlichen Grundvergütung von Anne Baaske kommen noch Zulagen in unbekannter Höhe.

Potsdam. Spätestens seit dem RBB-Skandal wird in Brandenburg genauer nachgefragt, wie hoch die Bezüge von Führungskräften in öffentlichen Unternehmen sind. Auch im über Monate schwelenden Streit innerhalb der gemeinnützigen Awo spielt diese Frage eine Rolle. Zumal Senioreneinwohner und Kita-Eltern über immer höhere Beiträge für Awo-Sozialeinrichtungen klagen. Seit dem 1. Januar 2023 kommt nun noch eine grundsätzliche Frage hinzu: Wer hat eigentlich im Landesverband der Arbeiterwohlfahrt gerade die Geschäftsführung inne?

Die langjährige Chefin Anne Baaske hatte im September 2022 mit viel Wirbel ihren Rücktritt als Geschäftsführerin zum Jahresende verkündet. In der entsprechenden Presseerklärung erhob sie allerlei Vorwürfe, zu denen es von anderen Awo-Akteuren umgehend eine Gegendarstellung gab, die ebenfalls auf der Internetseite des Landesverbands einsehbar ist.

**Arbeitsvertrag nicht gekündigt**

Als das Jahresende und damit der verkündete Rücktrittstermin näher rückte, pochten einige Awo-Verbände darauf, dass Anne Baaske nach ihrer freiwilligen Amtsniederlegung ab 2023 keinerlei Bezüge mehr erhält. Sie beantragten in diesem Sinne vor Gericht eine einstweilige Verfügung gegen den Landesvorstand. Eine Entscheidung darüber steht noch aus. Der zuständige Richter hatte jedoch in einem Schreiben erklärt, dass ihm die Befürchtung der Verbände plausibel erscheint, wonach der Awo der Verlust des Gemeinnützigkeitsstatus drohe, wenn eine Geschäftsführerin weiterbezahlt oder mit einer Abfindung bedacht wird, die aus freien Stücken ihre Tätigkeit einstellt.

Anne Baaske ist der Überzeugung, dass das Landgericht nicht alle Unterlagen habe, um sich ein komplettes Bild zu machen. „Es gibt einen laufenden Arbeitsvertrag, der weder ordentlich noch außerordentlich gekündigt ist“, betont sie. Dieser laufe bis zum 31. Dezember 2024. Simona Koß, SPD-Bundestagsabgeordnete und Vize-Vorstandsvorsitzende im Awo-Landesverband, sagte auf Nachfrage kurz nach Weihnachten über die Zukunft von Anne Baaske: „Wir haben beschlossen, uns im gegenseitigen Ein-

vernehmen zu trennen.“ Die finanziellen Bestandteile einer möglichen Einigung unterziehe der Vorstand mit Blick auf den Status der Gemeinnützigkeit einer Prüfung.

Nun läuft das neue Jahr, und Anne Baaske firmiert und agiert weiterhin als Geschäftsführerin des Awo-Landesverbands. „Es gibt keine Beendigungsvereinbarung“, sagt sie selbst dazu auf Nachfrage. Und Simona Koß ergänzt im Namen des Vorstands: „Aufgrund von zu klärenden Rechtsfragen nimmt Frau Baaske weiterhin die Geschäftsführung wahr und geht ihren dienstlichen Verpflichtungen nach.“

Für eine mögliche finanzielle Einigung spielt natürlich ihr bisheriges Gehalt eine Rolle. Lange Zeit war dazu gar nichts bekannt. Nun findet sich in den Tiefen der Awo-Internetseite die Information, dass für die Geschäftsführung des Landesverbands eine „monatliche Grundvergütung“ von 12.480 Euro brutto gezahlt werde. Dass zu jenen im Jahr dann knapp 150.000 Euro noch weitere Geldleistungen hinzukommen, ist auf der Seite ebenfalls vermerkt. Wie hoch das Jahres-Einkommen auch mit möglichen geldwerten Vorteilen wie privater Dienstwagennutzung unter dem Strich ist, steht auf der Seite allerdings nicht.

Anne Baaske will das Rätsel nicht auflösen. Sie teilt mit: „Die Fragen beantworte ich gerne, wenn auch die anderen Geschäftsführer der Regional- und Kreisverbände Transparenz wahren lassen. Dazu müssten sie die jeweiligen Einkommen bei der Awo und den Tochtergesellschaften veröffentlichen.“

Simona Koß lehnt es ebenfalls ab, Angaben zur Gesamtvergütung von Anne Baaske zu machen. Und auch zu einer anderen Frage, die Awo-intern heiß diskutiert wird, will sie nichts sagen: Wer hat die Vergütung von Frau Baaske einst abgesegnet – der Gesamtvorstand, wie es wohl laut Satzung geboten wäre, oder nur einzelne Personen innerhalb des Landesvorstands? „Das war weit vor unserer Zeit als geschäftsführender Vorstand. Dazu kann ich nichts sagen“, erklärt Simona Koß.

Mathias Hausding



Im September 2022 hat Anne Baaske verkündet, dass sie ihr Amt als Geschäftsführerin des Awo-Landesverbands Brandenburg zum Jahresende niederlegt. Was gilt jetzt?

Foto: Stefan Specht

## Handy-Ortung Opfer spürt Dieb auf

Berlin. Ein 38-Jähriger hat mittels Ortung sein zuvor gestohlenen Handy verfolgt und einen 20-Jährigen in Berlin-Neukölln gestellt. Laut Polizei bemerkte der Mann am Samstag eine eingeschlagene Scheibe an seinem Auto. Mittels Ortungsfunktion verfolgte er den Handy-Standort und wurde so auf einen Mann aufmerksam, der neben einem weiteren Auto mit eingeschlagener Scheibe stand und eine Tasche durchwühlte. Nach kurzer Flucht wurde er mithilfe der Polizei gefasst. dpa

## In Berlin inzwischen 1100 Verfahren gegen Klima-Kleber

Berlin. Die Berliner Staatsanwaltschaft hat inzwischen 1100 Verfahren zu Aktionen von Klimademonstranten auf dem Tisch. Laut Senatsjustizverwaltung wurden in 399 Fällen Verfahren verbunden, weil es sich um mehrere Vorwürfe gegen dieselbe Person handelt. Offen sind 164 Verfahren. 130 Fälle wurden eingestellt, etwa weil Beweise nicht ausreichen.

Bisher hat das Amtsgericht Tiergarten laut Justizverwaltung in 25 Fällen Demonstranten verurteilt, in der Regel wegen Nötigung und Widerstands gegen Vollstreckungsbeamte. 12 Entscheidungen sind rechtskräftig. In

78 Fällen hat das Gericht Fälle miteinander verbunden. Die Staatsanwaltschaft beantragt meist eine Anordnung der Taten per Strafbefehl, also ohne mündliche Verhandlung. Bislang war dies in 397 Fällen so. Anklagen wurden lediglich in 4 Fällen erhoben.

Wird gegen Strafbefehle Einspruch eingelegt, kommt es zur mündlichen Verhandlung vor dem Amtsgericht Tiergarten. Erst am Freitag zum Beispiel wurde gegen einen 40-Jährigen aus Dresden eine Geldstrafe von 2700 Euro wegen Nötigung verhängt, weil er an sieben Straßenblockaden in Berlin beteiligt war. dpa



Die Urteile gegen Aktivisten ergehen in der Regel wegen Nötigung und Widerstands gegen Vollstreckungsbeamte. Foto: Gerald Matzka/dpa

## Frau getötet Tatverdächtiger in der Psychiatrie

Berlin. Nach dem tödlichen Angriff auf eine Frau in einem Berliner Hochhaus wird der Tatverdächtige vorerst in einer Klinik untergebracht. Der 34-Jährige soll in der Nacht zu Freitag seine Nachbarin getötet und einen Mann schwer verletzt haben. Das Amtsgericht Tiergarten hat die vorläufige Unterbringung des Beschuldigten in einem psychiatrischen Krankenhaus angeordnet. Polizisten hatten den Verdächtigen im Bezirk Lichtenberg festgenommen. dpa