

**Aktuelle Informationen und Rechenschaftsbericht der Schwerbehindertenvertretung
der Region Spandau**

Marion Stöhr Streitstraße 6 13587 Berlin, Tel: 90279-2720, mail: marion.stoehr@senbjf.berlin.de

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie

November 2020

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

die Zahl der Infizierten im Rahmen der Pandemie steigt und erneut ist unser Alltag massiv eingeschränkt. Wir sollten besonnen agieren (mit Herz und Verstand gleichermaßen), um uns und andere zu schützen! Halten Sie sich bitte an die geltenden Hygienevorschriften und sorgen Sie gut für Ihre seelische Ausgeglichenheit!

Die Schwerbehindertenvertretung und alle anderen Beschäftigtenvertretungen nehmen aktuell teil an der **Persönlichen Gefährdungsbeurteilung für die Kolleg*innen, die zu der Risikogruppe gehören**. Die Schulleitung bietet das Gespräch an, nachdem die Vorsorgebescheinigung des betriebsärztlichen Dienstes (Medical Airport Service) vorliegt.

Ich möchte Ihnen allen auch auf diesem Weg die **Informationen** zukommen lassen, die auf **der Versammlung für die Schwerbehinderten und Gleichgestellten am 7.10.2020 zum Thema „Umgang mit seelischen Erkrankungen und Unterstützungsmöglichkeiten zur Erhaltung und Wiedererlangung der seelischen Gesundheit“** verteilt wurden.

Auswahl von Unterstützungssystemen:

Wenn Sie schnelle Beratung benötigen oder Ihnen ein Ohr zum Zuhören fehlt:

- Berliner Krisendienst (Bezirk Spandau: Charlottenstraße 13, 13597 Berlin,
Telefon: 030/390 63 30, tgl. von 16.00 – 00.00 Uhr)
 - Telefonseelsorge Berlin e.V.: anonym und tgl. rund um die Uhr gebührenfrei
Telefon: 0800 111 0 111
 - Erstgespräch im Rahmen der Psychotherapeutischen Sprechstunde der Kassenärztlichen
Vereinigung (KV): Telefon der Terminservicestelle 116 117 tgl. rund um die Uhr!
- Die maximale Wartezeit beträgt hier zwischen Anruf und Termin für ein Gespräch mit einem Psychotherapeuten 4 Wochen (weitere Informationen siehe Infoblätter der KV Berlin)
- ARGORA- Klinik bietet für die Lehrer*innen bis zu drei unverbindliche, kostenfreie
Gespräche an zur Diagnostik und Beratung, Telefon: 030/369 969 70

- Betriebsärztlicher Dienst Medical Airport Service bietet Beratungen für alle in Schule Tätigen, Telefon: 030/ 991 947 007 (Betriebsärztin Anna Stühler, Betriebspsychologin Anke-Rubin Bergmann)

Wenn Sie bereit sind für eine zeitintensive Psychotherapie:

- Über die Kassenärztliche Vereinigung kann sich nach Bedarf und Notwendigkeit im Anschluss an die Psychotherapeutische Sprechstunde eine Akutbehandlung anschließen. Hierzu muss ein Befundbericht eines Psychotherapeuten vorliegen, in dem eine weitere Behandlung empfohlen wird (weitere Informationen siehe Infoblätter der KV Berlin)
- Private Krankenversicherungen übernehmen oft die Hälfte einer bestimmten Anzahl psychotherapeutischer Sitzungen pro Kalenderjahr. Lesen Sie in den Statuten Ihrer Versicherung nach!
- Nach bereits erfolgter ambulanter Therapie kann auch ein Aufenthalt in einer Klinik ein denkbarer Weg sein Sprechen Sie darüber mit Ihrer Therapeut*in und Ihrer Hausärzt*in. Hilfreich kann ein Erfahrungsaustausch mit Menschen sein, die einen Klinikaufenthalt bereits hinter sich haben. Schauen Sie immer auch die Websites von Kliniken an und rufen Sie ggf. die Aufnahmebüros der Kliniken an. Dort erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen und wertvolle Tipps!
- In einer absoluten Notsituation können Sie sich direkt an eine Klinik wenden und sich selber einweisen! Sie müssen aufgenommen werden! Ärzte werden Sie untersuchen und prüfen, ob eine Klinikeinweisung erforderlich ist!

Wenn Sie Konkretes tun möchten, um sich zu stärken (Resilienz aufbauen):

- Beachten Sie die Angebote des SIBUZ*, sowohl für Lehrkräfte als auch für den Erzieher*innenbereich (in Spandau Frau Olsok (Telefon: 90279-5851) für die Lehrkräfte, Frau Wandt (Telefon: 90279-5608) für die Erzieher*innen)

ACHTUNG! Rufen Sie im SIBUZ an und fragen nach möglichen aktuellen Einschränkungen und Öffnungszeiten!
- Nutzen Sie die Möglichkeit der Supervision. In vertraulichen Gesprächen können Sie bestehende Konflikte klären, mit dem Ziel Ihre Arbeits- und Leistungsfähig wiederherzustellen und zu optimieren. Hier gibt es Angebote des SIBUZ. Natürlich können Sie auch auf eigene Faust einen Coach oder eine Supervisorin Ihrer Wahl suchen. Achten Sie dabei immer auf die Qualifikationen der einzelnen Menschen! Hier aktuell nach Möglichkeiten einer telefonischen Beratung oder per Videochat fragen, um die persönlichen Kontakte zu minimieren!

Nutzen Sie alles, was Ihnen hilft, seelisch gesund und ausgeglichen zu bleiben!

Zu guter Letzt blieb in der Versammlung der **Rechenschaftsbericht der Schwerbehindertenvertretung für 2020** offen, den ich Ihnen heute in schriftlicher Form nachreiche.

1. Beratung und Unterstützung von Kolleg*innen bei der Antragstellung auf Schwerbehinderung und/oder Gleichstellung und in Widerspruchsverfahren
2. Beratung von Kolleg*innen, die ein offenes Ohr benötigen in diversen Lebensphasen
3. Vorbereitung, Beratung und Teilnahme an Präventionsgesprächen, Teilhabegesprächen und seit August 2020 verstärkt an Persönlichen Gefährdungsbeurteilungen
4. Unterstützung bei der (langwierigen) Arbeitsplatzausstattung
5. Begleitung auf Wunsch zu Terminen beim Integrationsfachdienst, dem betriebsärztlichen Dienst und der amtsärztlichen Begutachtung bei der ZMGA
6. Regelmäßige Teilnahme an Sitzungen und Gesprächen mit der Schulaufsicht, dem Personalrat und an den ASA/AGM-Sitzungen
7. Teilnahme an vielen Auswahlverfahren für die Region Spandau
8. Organisation der Informationsveranstaltung Fragen zum Rentenrecht am 31.01.2020 für angestellte Kolleg*innen
9. Herausgabe von Infoschreiben für Schulleitungen im September 2020 und für das Kollegium im November 2020
10. Versammlung der Schwerbehinderten und Gleichgestellten am 07.10.2020 in der Aula des Kant-Gymnasiums

Kommen Sie seelisch und körperlich gut durch die kommenden Monate, hinein ins neue Jahr!

Ihre Marion Söhr