

*Intro:* Herzlich willkommen bei seko on air. Der Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.

*Irena Težak:* Hallo und herzlich willkommen zur nächsten Folge! Heute interviewt meine Kollegin Teresa Keidel den bayerischen Gesundheitsminister Klaus Holetschek. Teresa Keidel ist seit 20 Jahren Geschäftsführerin unserer Netzwerkeinrichtung Seko Bayern und sie wird als Gastmoderatorin im Verlauf dieses Jahres das ein oder andere Interview führen.

*Theresa Keidel:* Herr Holetschek, ich freue mich, dass Sie zu einem Podcastgespräch mit uns bereit sind. Sie sind ja inzwischen Staatsminister in Bayern für Gesundheit und Pflege und hatten natürlich eine ganz schwere Einstiegszeit. Erst als Staatssekretär und dann als Minister. Das war ja doch in einer sehr herausfordernden Zeit durch Corona. Was war denn so eine Ihrer größten Herausforderungen?

*Gesundheitsminister Holetschek:* Ja, ich würde sagen, die Pandemie insgesamt ist eine Riesenherausforderung unerkannten Ausmaßes. Wenn man ehrlich ist, hatte man nie damit gerechnet, dass wir in eine solche Situation kommen, die sich auch ständig wieder ändert, die permanent neue Fragestellungen mit sich bringt, ob es beim Impfen sei, beim Mangel des Impfstoffs, dann zu viel Impfstoff, zu wenig Impfungen oder Kontaktbeschränkungen, Maßnahmen, 2G, 2G+, Boostern... Begriffe, die wir, wenn wir ehrlich sind, bis vor kurzem noch gar nicht kannten. Also es ist für die gesamte Gesellschaft eine Riesenherausforderung.

*Theresa Keidel:* Das stimmt. Aber wie haben sie das selber so persönlich bewältigt. Hatten Sie irgendwelche Strategien, um auch mal abzuschalten?

*Gesundheitsminister Holetschek:* Ja, ich sage mal, die Themen Gesundheit und Pflege sind Themen, die mir wirklich Herzensanliegen sind. Deswegen ist es für mich auch im Kern eine Freude, hier tätig sein zu dürfen an dieser Schnittstelle, weil man eigentlich für die Menschen was bewegen kann. Und ich selber war ja zwölf Jahre Bürgermeister in Bad Wörishofen, komme also aus einer Kneippstadt. Sebastian Kneipp, ein kluger Mann, hat ja mal gesagt Körper, Geist und Seele gehören zusammen und man sollte den Menschen ganzheitlich sehen. Und eine seiner wichtigen Säulen ist die Ordnungstherapie, also das Thema Achtsamkeit, Resilienz. Ich muss sagen, mir gelingt es mehr oder weniger, um ehrlich zu sein. Aber ich versuche dann zwischendurch Bewegung auf jeden Fall einzubauen in mein Leben und da ein bisschen Ausgleich zu bekommen. Eigentlich ist man in der Pandemie sieben Tage, 24 Stunden im Einsatz.

*Theresa Keidel:* Ja, das glaube ich. Das ist wirklich eine ganz schwierige Zeit, vor allem, wenn man so Verantwortungsträger ist. Sie haben ja auch Kontakt zu Frau Birner, die hat eine Long-Covid- Gruppe mit Herrn Baumann gegründet, war bei uns auch schon im Podcast Interview. Wie wichtig schätzen Sie da auch die Selbsthilfegruppen in diesem Bereich ein?

*Gesundheitsminister Holetschek:* Also ich glaube, dass das was ganz Zentrales ist. Ich habe die Frau Börner ja kennenlernen dürfen bei jetzt redi und hatte vorher schon Kontakt mit ihr. Über die Abgeordnete Sylvia Stierstorfer, die mir das vermittelt hat und das Bedürfnis, sich da auszutauschen, zu treffen, Informationen zu kriegen Wo kann ich hingehen, an wen kann ich mich wenden? Gerade bei einem neuen Erkrankungsbild ist natürlich immens groß,

deswegen begrüße ich das sehr, dass sich dort Menschen zusammenfinden, sich organisieren und gegenseitig letztendlich unterstützen und helfen.

*Theresa Keidel:* Wir haben ja auch in anderen Bereichen eine sehr gute und lebendige Selbsthilfeszene in Bayern, unter anderem auch im Suchtbereich. Das war ja auch mal der "Original" Selbsthilfebereich. Ihr Ministerium unterstützt ein Projekt, das heißt "Stärkung der Selbsthilfe im Suchtbereich" und dankenswerterweise sind da auch immer sogenannte Suchtfachtage möglich. Wie wichtig ist Ihnen dieser Bereich?

*Gesundheitsminister Holetschek:* Es ist mir sehr wichtig. Ich weiß auch, dass das in dieser Pandemie ja nicht immer einfach war, diese Selbsthilfegruppen zu organisieren. Kontaktbeschränkungen gerade im ehrenamtlichen Bereich, das ist schon schwierig gewesen. Ich habe da auch übrigens zahlreiche Emails bekommen von Menschen, die mir gesagt haben, wir sind da wirklich jetzt in einer schwierigen Situation. Die Selbsthilfegruppe ist eigentlich für uns wie Medizin und es fehlt uns jetzt. Und natürlich kann die Digitalisierung helfen und der virtuelle Raum, wie wir ihn jetzt haben, auch ein Stück weit möglicherweise kompensieren. Aber es ist eben doch was anderes, ob man sich begegnet auf Augenhöhe, persönlich als nur über die Kacheln an einer Videoleinwand. Deswegen habe ich da sehr viel Verständnis dafür. Und es war mir auch immer ein Anliegen, dort zu helfen, wo wir helfen konnten in der Frage: Wie viele Leute können wir wieder zulassen? Abwägung zwischen Infektionsschutz und der Notwendigkeit, dass diese Selbsthilfegruppen auch funktionieren können?

*Theresa Keidel:* Gibt es denn eine Chance, dass die Selbsthilfegruppen Eingang finden in der nächsten Infektionsschutzmaßnahmenverordnung? Weil das war oft so ein Problem, auch für uns als Netzwerkstelle, die Gruppen da auch immer zeitnah und gut zu informieren.

*Gesundheitsminister Holetschek:* Also ich bemühe mich immer, dass wir dieses Thema wirklich als ein ganz Zentrales mit reinnehmen in die Beachtungen. Wir haben halt bei der Pandemie verschiedene Werkzeuge, mit denen wir arbeiten. Eines sind die Kontaktbeschränkung. Das Thema jetzt bei Omicron ist eben, dass wenn man sich begegnet, dass das möglich ist, dass man sich schnell auch anstecken kann. Deswegen ist Kontaktunterbrechung halt ein probates Mittel und wir müssen aber immer abwägen und das verspreche ich Ihnen, dass wir auch weiter einen sehr engen Abwägungsprozess bezüglich der Selbsthilfegruppen führen wollen und auch in einem Dialog diesbezüglich bleiben.

*Theresa Keidel:* Das fände ich sehr schön, weil die Selbsthilfegruppen doch auch manchmal so eine Sorge haben, dass sie überhaupt nicht genug anerkannt werden, dass sie nicht wertgeschätzt werden. Und gerade die ehrenamtlichen Gruppenleiterin und Leiter sind ja oft sehr achtsam und vorsichtig und das fände ich sehr, sehr schön, wenn das einfach mehr auch Eingang findet in die Regelungen. Ich meine, wenn wir Glück haben, brauchen wir gar nicht mehr so viel Regelungen. Aber noch sind wir ja mitten in der Pandemie und können da eigentlich noch nicht durchatmen. Was ich auch interessant finde Wir haben ja seit Jahren ein Projekt "Zusammenarbeit mit Gesundheitsberufen". Das hat uns auch tollerweise das Gesundheitsministerium mitfinanziert und da sind jetzt verschiedene Berufsgruppen auch mit einbezogen worden Apotheker, Ärzte, Kliniken und als letztes auch Psychotherapeuten.

Finden Sie es denn notwendig, dass die Profiebene und die Selbsthilfe so eng zusammenarbeitet und da auch immer wieder neue Projekte auf die Beine stellt?

*Gesundheitsminister Holetschek:* Ich finde schon. Es ist ja eine Ergänzung würde ich sagen. Und beides greift dann oder alles greift irgendwie ineinander und ich denke, davon profitieren eigentlich alle. Diese berühmte Win Win Situation, dass man versucht, auch schon auf Augenhöhe so weit es geht miteinander die Dinge zu analysieren, zu helfen, sich eben an den Bedürfnissen der Menschen zu orientieren. Das finde ich eigentlich schon gut. Und ich will auch die Chance nutzen, mich noch einmal wirklich auch bei den Gesundheitsberufen, auch bei der Pflege und all denjenigen zu bedanken, in dieser Pandemie. Die ja unwahrscheinlich viel auch getan haben und unwahrscheinlich viel geschultert haben. Und das wird auch ein Thema sein, glaube ich, aus der Pandemie kommend. Was haben wir denn gelernt? Wo müssen wir denn stärken, wo müssen wir vielleicht auch draufschauen, dass die Dinge besser werden? Und was können wir gemeinsam tun, damit wir wirklich nahe am Menschen helfen können?

*Theresa Keidel:* Noch ein ganz anderes Thema Es gibt ja immer Kampagnen vom Gesundheitsministerium, die auch oft sehr erfolgreich sind und schöne Veranstaltungen nach sich ziehen. Die neue Kampagne heißt "Hand aufs Herz" finde ich auch sehr schön, weil die Herz – Kreislauf - Erkrankungen sind ja immer noch Todesursache Nummer eins. Was wird da jetzt alles in diesem Jahr geschehen und wie wichtig ist Ihnen diese Kampagne?

*Gesundheitsminister Holetschek:* Also diese Kampagnen sind ja immer so, auch kleine Jahresschwerpunkte, wo wir ein Thema in den Mittelpunkt stellen. Wir hatten ja schon viele Themen, wenn ich auch an den Bereich psychische Gesundheit denke, auch ein ganz wichtiges Thema vor einigen Jahren und das "Hand aufs Herz", wollten wir schon länger starten, aber in der Pandemie verzögern sich auch diese Dinge und ich denke zu sensibilisieren. Auf der einen Seite Information und Aufklärung zu geben. Auch da gibt es ja viele Gruppen, die helfen können, wenn es ums Herz geht und die Bewegung und Ernährung und viele Bereiche mit einsteuern. Ich denke, darum geht es, die Menschen zu sensibilisieren, auch sich rechtzeitig untersuchen zu lassen. Prävention, das große Thema, das denke ich, müssen wir auch noch mal mitnehmen aus dieser Pandemie, vom Immunsystem stärken bis zur Herz-Kreislauf-Gesundheit. Da gibt es ja viele Themen, die in dieser Kampagne mit einfließen können. Und das soll, glaube ich, ein Schwerpunkt werden, wo wir uns austauschen, informieren und auch wenn es möglich ist, einfach Themen transportieren, die dann auch ankommen und ein Stück weit gelebt werden.

*Theresa Keidel:* Genau, unsere Podcast - Reihe, wo wir ja jetzt auch im Gespräch sind, ist entstanden als Jubiläumsprojekt. Seko Bayern gibt es 20 Jahre. Im April hätten wir eigentlich unser Jubiläum, das haben wir jetzt etwas nach hinten verschoben, dass wir das auch schön feiern können. Wie geht es Ihnen mit dieser Netzwerkeinrichtung? Finden Sie das eine gute Geschichte? Wünschen Sie sich nochmal 20 Jahre Seko Bayern oder sagen Sie: Oh Gott, die nerven uns immer bei den Corona Regeln. Wie sehen Sie das?

*Gesundheitsminister Holetschek:* Nein, auf keinen Fall. Ich gratuliere erst mal sehr herzlich zu diesem Jubiläum und wünsche viele, viele weitere glückliche Jahre und erfolgreiche Jahre, weil ich glaube, dass solche Strukturen absolut notwendig sind. Die unterstützen ja auch das, was wir als Staat tun können, was auch die Selbstorganisation oder Selbstverwaltung tun kann. Das sind ja Strukturen, die sehr, sehr wertvoll sind und deswegen wollen wir die auch weiter fördern, unterstützen, wo wir können. Und ich glaube, das Wichtigste ist einfach, dass sich die Menschen gegenseitig auch unterhaken können in schwierigen Zeiten, dass man sich ja wirklich im besten Sinne des Wortes unterstützt und gemeinsam schwierige Zeiten bewältigt, indem man sich informiert, in dem man aber auch einfach da ist, vielleicht in bestimmten Situationen für die anderen in der Gruppe, die einen dann ein Stück weit wieder auffängt und mitnimmt. Und das ist unglaublich wertvolle und eigentlich unbezahlbar.

*Theresa Keidel:* Da sind wir einer Meinung. Ja, ich habe noch fünf Satzanfänge vorbereitet und wollte sie bitten, die zu vervollständigen. Der erste Satz wäre: Besonders herausfordernd als Vorsitzender der Gesundheitsministerkonferenz im letzten Jahr war:

*Gesundheitsminister Holetschek:* Dass wir zum Schluss eine einheitliche Meinung formulieren.

*Theresa Keidel:* Wenn ich Zeit habe, lese ich am liebsten

*Gesundheitsminister Holetschek:* Biografien.

*Theresa Keidel:* Welche denn?

*Gesundheitsminister Holetschek:* Unterschiedlicher Art. Zurzeit komme ich tatsächlich nicht so dazu, weil ich meistens Akten lese und studiere. Aber sonst finde ich es faszinierend, von auch Politikern Biographien zu lesen und zu sehen, was so hinter der Person steckt.

*Theresa Keidel:* Gesundheit ist für mich.

*Gesundheitsminister Holetschek:* Sehr wichtig und ein Gut, das man immer dann auch merkt, wenn es einmal nicht mehr da ist.

*Theresa Keidel:* Selbsthilfe wird gebraucht, weil.

*Gesundheitsminister Holetschek:* Weil es eine wertvolle Unterstützung zu all denjenigen ist, was wir an professionellen Strukturen schon haben, aber nochmal diese stärkt und vor allem nahe am Menschen ist.

*Theresa Keidel:* Für die Zukunft wünsche ich der Selbsthilfe in Bayern.

*Gesundheitsminister Holetschek:* Viel Erfolg, alles Gute und allen, die dort mit dabei sind, vor allem Gesundheit.

*Outro:* Bis zum nächsten Mal bei seko on air, dem Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.