

## **Verleihung des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland an Herrn Christian Baran, Unna, geboren am 12.03.1977**

In einem feierlichen Festakt wurde Christian Baran am 24.03.2023 für sein langjähriges Engagement in der Selbsthilfe von Landrat Mario Löhr das Verdienstkreuz der Bundesrepublik Deutschland auf Haus Opherdicke verliehen.

Schon seit vielen Jahren setzt sich Christian Baran im Rahmen seiner engagierten Selbsthilfetätigkeit auf kommunaler Ebene in Gremien und sozialen Netzwerken unermüdlich für die Belange behinderte und erkrankter Menschen ein.

Wie es dazu kam, schildert er in einem selbst verfassten Kurzporträt.

„Zwei Jahre vor dem Abitur bin ich an MS erkrankt. Eigentlich wollte ich Medizin studieren und ein Jahr in Afrika verbringen. Daraus wurde leider nichts. Nachdem ich 1998 die Diagnose und anschließend sehr viel Hilfe und Zuspruch von allen möglichen Menschen bekommen habe, wuchs in mir der Wunsch, mich ehrenamtlich zu engagieren. Um etwas zurückgeben zu können, was ich erhalten habe. Und dann trat die Selbsthilfe in mein Leben. Neben meiner Arbeit in meiner Selbsthilfegruppe bin ich Vorsitzender des Behindertenbeirats der Stadt Unna und engagiere mich für die Belange behinderter Menschen im Kreis. Hier gibt es noch viel zu tun. Wichtig ist mir aber auch der Blick über den Horizont des Kreises Unna hinaus. Um mehr zu bewirken, ist ein gutes Netzwerk erforderlich, das ich weiterentwickeln und festigen möchte. Die Arbeit im Sprecherrat ist dabei eine gute und sinnvolle Ergänzung.“

Christian Baran ist seit 2008 Mitglied der Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose Unna / Bönen e.V.

Bereits 2009 ist er zum 1. Vorsitzenden der Gruppe gewählt worden. Die Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose Unna/Bönen hat ihren Vereinsstatus beigelegt und wird seitdem im Verzeichnis für Selbsthilfegruppen der Kontakt- und InformationsStelle als nicht organisierte Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose Unna aufgeführt.

- Seit Ende 2008 ist Christian Baran im Rahmen seiner engagierten Selbsthilfetätigkeit als Vertreter der Selbsthilfegruppe Multiples Sklerose Unna im Projekt Netzwerk „Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen“ mit dem EV Krankenhaus Unna, welches 2020 durch die Fusionierung mit dem Katholischen Krankenhaus Unna in Christliches Klinikum umbenannt wurde, beteiligt. Die entwickelten standardisierten Qualitätskriterien werden von den Akteuren in das Krankenhausgeschehen implementiert. Die Zusammenarbeit der Kooperationspartner basiert dabei auf einer stabilen und gut funktionierenden

Dreiecksbeziehung, die sich u. a. zusammensetzt aus den eingebundenen Selbsthilfegruppen.

Durch seine Multiple Sklerose Erkrankung ist Christian Baran auf den Rollstuhl angewiesen. Als Betroffener macht er sich stark für die Anliegen der Erkrankten und durch sein erworbenes Erfahrungswissen tritt er für die Interessen der Patienten und Patientinnen und deren Angehörige ein.

Denn in Anbetracht der kürzeren Verweildauer der Patienten und Patientinnen im stationären Bereich hat die Selbsthilfe Zusehens an Bedeutung hinzugewonnen. Aufgrund dieser Gegebenheit bietet die Selbsthilfe einen wesentlichen Baustein für die Bewältigung der Krankheit und der sich häufig daraus ergebenden veränderten Lebenssituation.

Durch das oft jahrelange Leben mit einer Krankheit erwerben Betroffene ein ganz spezielles Wissen, das sich über Diagnose und Therapie hinaus vor allem auf das Leben mit der Erkrankung bezieht. Patienten wollen wissen, wie sie mit ihrem veränderten Leben nach der Entlassung aus dem Krankenhaus klarkommen können. Hier leisten Selbsthilfegruppen Aufklärung und geben Raum zu offener Aussprache. Durch die Unterstützung selbsthilfeeiferer Betroffener wie Christian Baran haben Erkrankte die Möglichkeit im ganz persönlichen Kontext Erfahrungen auszutauschen. Hierzu hat Christian Baran in einem Beitrag im Selbsthilfemagazin (siehe Anhang) erläutert, dass ein Arzt dem Patienten zwar genau erklären kann, mit welcher Untersuchung man die Berührungsempfindlichkeit beispielsweise der Hände und Füße und deren Impulsleitung zum Gehirn bestimmt, aber er weiß nicht zu beschreiben, wie es sich anfühlt, wenn die Hand taub ist. Und über diese ganz persönlichen Erfahrungen mit der Krankheit zu reden, Tipps zu geben und dem anderen das Gefühl zu vermitteln, dass er verstanden wird, weil der Austausch von Betroffenen zu Betroffenen also Face to Face basiert, dieses nachzuvollziehen und zu verstehen, was ihn umtreibt, darauf kommt es eben an, erklärt Christian Baran weiter. Und zu vermitteln, dass man mit der Krankheit leben kann, das ist ihm auch wichtig. Sein Motto: Man ist immer so glücklich, wie man glücklich sein möchte. Somit sind für ihn Selbsthilfegruppen ein Angebot zur Problembewältigung für das sich Betroffene freiwillig entscheiden. Weil Mitglieder von Selbsthilfegruppen selbst aktiv an ihrer Krankheitsbewältigung mitwirken, unterstützen sie damit auch die professionelle therapeutische Arbeit. In den regelmäßig stattfindenden Qualitätszirkeln wird die konkrete und praktische Zusammenarbeit erarbeitet und es werden gemeinsam verbindliche Absprachen für die vorgesehene Maßnahme getroffen. So konnte Christian Baran bei einem Treffen mit dem Personal der Neurologischen Station darüber beraten, wann und wie Patienten am besten auf die Möglichkeit angesprochen werden, sich an seine Selbsthilfegruppe zu wenden. Angelehnt an seinen Wortlaut, fanden die es gut, dass es eine intensivere Kooperation mit der Selbsthilfe gibt. Es kamen auch praktische Vorschläge, was man noch verbessern kann. Diese Erfahrung machte ihm klar, dass es nicht nur darum

geht, dem Patienten einen Flyer in die Hand zu drücken, sondern dass es um ein konstruktives Miteinander zwischen Medizin und Selbsthilfe zugunsten der Patienten geht, betont Christian Baran.

Diese erfahrbare Aufklärung und Beratung der Patienten durch Selbsthilfeaktive wie Christian Baran wirkt sich somit auch entlastend für ein selbsthilfefreundliches Krankenhaus aus.

Die jahrelange Arbeit von Christian Baran und anderen Vertretern und Vertreterinnen der Selbsthilfegruppen wurde erstmals 2012 mit der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ honoriert. Die Re Zertifizierung erfolgte 2017. Am 29.10.2018 hat das Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen sein 10-jähriges Jubiläum mit den Akteuren der Selbsthilfe gefeiert.

- Am 21.11.2012 fand die Wahl des Sprecherrates der Selbsthilfegruppen im Kreis Unna statt, in welcher Christian Baran mit anderen Vertretern aus den Selbsthilfegruppen zum Sprecher gewählt wurde. Der Sprecherrat ist Sprachrohr für die Selbsthilfe und spielt als Drehscheibe für Informationen eine wichtige Rolle. Somit bildet der Sprecherrat die Verbindung zwischen der Selbsthilfe-Bewegung und der Politik im Kreis Unna sowie der Kreisverwaltung Unna. In regelmäßigen Sprecherratssitzungen verfolgt der Sprecherrat folgende Ziele, an deren Umsetzung Christian Baran nach wie vor aktiv beteiligt ist:
  - Weiterentwicklung selbsthilfefördernder Angebote im Kreis Unna
  - Verfestigung selbsthilfefördernder Strategien in der Politik und Organisationen im Kreis Unna.
  - Stärkung selbsthilfefördernder sozialer Potentiale und Engagement im Kreis Unna (Soziale Mobilisierung).
  - Verbesserung individueller Gesundheitskompetenzen der Menschen im Kreis Unna.
- Zu den Aufgaben des Sprecherrates gehört u. a. auch die Organisation der Selbsthilfekonferenzen und als Sprecherratsmitglied ist Christian Baran somit wesentlich bei der Planung, Vorbereitung und Umsetzung dieser beteiligt. Im Rahmen der 10. Selbsthilfekonferenz am 13.06.2014 ist das Thema „Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention“ beraten worden. Von den anwesenden Vertreterinnen und Vertretern der Selbsthilfebewegung im Kreis Unna wurden unter engagierter Mitwirkung von Christian Baran Handlungsempfehlungen zur Umsetzung der Behindertenrechtskonvention auf der Kommunalen Ebene erarbeitet. In diesem Austausch wurden die Handlungsfelder Barrierefreiheit / Barrierefreie Information und Dokumentation / Leichte Sprache / Bewusstseinsbildung / Bildung für Erwachsene erörtert. Als Vorsitzender des Behindertenbeirats sowie auch als Mitglied in anderen kommunalen Gremien hat er seine Erfahrungen mit zielführenden Impulsen in dieser Sache eingebracht. Im Anschluss an die Selbsthilfekonferenz hat er mit anderen Mitgliedern des Sprecherrats die im Rahmen der Selbsthilfekonferenz entstandenen Vorschläge zur Umsetzung der UN

Behindertenrechtskonvention (BRK) zusammengefasst. Desweiteren hat er diese Ergebnisse den Bürgermeistern und Bürgermeisterinnen der einzelnen Gemeinden und Städte persönlich überreicht. Insgesamt hat Christian Baran an dem Ziel aktiv daran mitgewirkt, um durch die Präsentation der Ergebnisse auf kommunaler Ebene eine zeitnahe Umsetzung der UN Behindertenrechtskonvention (BRK) in den Kommunen des Kreises Unna anzuregen und die Bekanntheit der Selbsthilfe im Kreisgebiet zu steigern.

- Im November 2013 hat Christian Baran den Rollstuhl Club in Unna ins Leben gerufen. Aufgrund seiner Multiple Sklerose Erkrankung ist er selbst auf einen Rollstuhl angewiesen. Ihm ist aufgefallen, dass nicht nur er, sondern doch eine nicht unerhebliche Anzahl von Menschen in Unna und Umgebung auf einen Rollstuhl angewiesen sind. Auch durch Anregung von außen, anderer betroffener Rollstuhlfahrer oder mobilitätseingeschränkter Menschen gründete er darauf hin kurzentschlossen den Rollstuhl Club. Dieser dient seiner Meinung nach nicht nur dem gegenseitigen Austausch der Mitglieder, sondern er hat auch die Aufgabe, als Interessenvertretung auf die Bedürfnisse der Rollstuhlfahrer hinzuweisen und somit Impulse und Einfluss auf kommunale barrierefreie Verkehrs,- Umbau- und Bauinfrastruktur zu nehmen.
- Christian Baran ist auf lokaler Ebene 1. Vorsitzender des Behindertenbeirats der Kreisstadt Unna und auch auf Kreis Ebene ist er in verschiedenen Arbeitsgruppen tätig. So ist er Mitglied der Fachgruppe PSAG Behinderungen. Die psychosoziale Arbeitsgemeinschaft ist ein Forum für interessierte Fachleute, Betroffene und Angehörige, Berater und Beraterinnen. Die einzelnen Fachgruppen der PSAG haben sich inzwischen zu einem festen Bestandteil in der psychosozialen Versorgungslandschaft des Kreises Unna entwickelt. Als Mitglied der Fachgruppe PSAG ist Christian Baran am aktuellen Gestaltungsprozess beteiligt. So nimmt er an den regelmäßigen themenbezogenen Sitzungen teil, tauscht aktuelle Informationen mit anderen Mitgliedern aus, ist bei den Planungsprozessen beteiligt und trägt zu politischen Entscheidungshilfen bei. Da die Arbeit der PSAG mit weiteren Gremien im Kreis Unna, z. B. der Regionalplanungskonferenz Wohnen, der Gesundheitskonferenz, der Selbsthilfekonferenz, der Pflegekonferenz, der Seniorenkonferenz und dem Bündnis für Familie vernetzt ist, wirkt er auch auf diesen Ebenen durch sein unermüdliches Engagement mit .  
Als Mitglied der Inklusionsagentur Lünen sowie als Vorsitzender des Inklusionsbeirates ist er ebenfalls für die Belange der Menschen mit Behinderungen im Kreis Unna zuständig und arbeitet kontinuierlich an der Umsetzung seiner gesetzten Ziele mit, welcher die Teilhabe aller Menschen, aber besonders auch der von einer Behinderung oder Beeinträchtigen betroffenen Menschen ins Auge fasst.

- Zum Thema „Selbsthilfe in die Lehre bringen“ im Bereich der Aus- und Weiterbildung der Krankenpflege hat Christian Baran als Mitglied der Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose das Unterrichtsgeschehen durch seine persönlichen Beiträge bereichert. Durch seine Sichtweise und seine Erfahrungswerte konnte er den angehenden Pflegefachkräften in ihrer Ausbildung ein praktisches Beispiel für diese Erkrankung vermitteln. Seine offene Art ermutigte die Schüler\*innen zu Fragestellungen, welche er somit für dieses Thema stets gewinnen und sie zudem auch für Selbsthilfe und deren Wirkungsweise sensibilisieren konnte.
- Über all die Jahre, in denen Christian Baran in der Selbsthilfe aktiv mitwirkte, hat er immer durch sein Engagement die Selbsthilfe unterstützt und bereichert. Stets hat er an vordererster Front gekämpft und sich für die Belange der Menschen in der Selbsthilfe eingesetzt. Im gegenseitigen Miteinander war er auch für die Kolleginnen der Kontakt- und Informationsstelle eine große und hilfreiche Unterstützung und bereicherte mit seinen konstruktiven Vorschläge und Aktivitäten die Arbeit in der Selbsthilfe. Dadurch wirkt er wie ein Leuchtturm an den Gestaden der manchmal auch wechselhaften und den sich verändernden Herausforderungen in der Selbsthilfe.  
Wir wünschen Christian Baran von ganzem Herzen weiterhin alles erdenklich Gute und dass er die Selbsthilfe sowie auch das kommunale Geschehen weiterhin tatkräftig mitgestaltet.