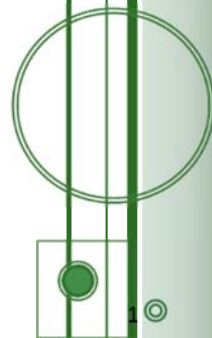


JAHRESBERICHT 2013



GEMEINSAM
STATT
EINSAM

Selbsthilfe mit Köpfchen e. V.



1. Bericht des Vorstands

Büroverwaltung

- Software komplett aktualisiert und vereinheitlicht.
- Sehr günstig durch Stiftungsinitiativen großer Softwarefirmen (Microsoft, Adobe,) unter der Federführung von Stifter-helfen.de
 - u.a.:
 - Windows 8
 - MS Office 2013
 - Norton Security
 - Vereinsverwaltungssoftware
 - Komplette E-Mail-Umstellung: vorname.nachname@smkev.de
- Die Zweigstelle der Bank wurde gewechselt
- SEPA Einrichtung
- Vereinshaftpflicht abgeschlossen
- Homepage neu gestaltet Neues Briefpapier (Layout) erstellt
- Logo aktualisiert und modernisiert
- Flyer neu gestaltet und aktualisiert

Öffentliche Aktivitäten:

- Veranstaltung zum Tag der seelischen Gesundheit.
 - Podiumsdiskussion
- Sommerfest
- Weihnachtsfeier
- Anmietung Halle für Projekt Fußball
- Einstellung des Café Treff auf Grund mangelnder Nachfrage
- Teilnahme an Leipziger Kongress des "Bündniss gegen Depression"
- mut!touren (Markus Zimmermann)

Ausblick auf 2014

- Netzwerk weiter ausbauen
- Größere Halle für die Fußballgruppe suchen
- Neuer Versuch das Treff Café zu etablieren
- Suche nach ehrenamtlichen Helfern für neue Projekte oder die Verwaltung

2. Projekte

2.1 BiBA (Gabriel und Ingo)

Seit etlichen Jahren führt SmK das Angebot BiBA (Betroffene informieren Betroffene und Angehörige) im ZfP Emmendingen durch. Zuletzt engagierten sich hier Gabriel und Ingo. Es war vorteilhaft, dass Gabriel Autofahrer ist, so dass die Entfernung von Freiburg nach Emmendingen nicht so sehr ins Gewicht fiel.

BiBA findet jeden 2. und 4. Freitag von 15:30-17:00 Uhr statt. Vor allem wird BiBA von Herr Oberarzt Schwink seitens des ZfP stark unterstützt. Bisher hatten wir einen eigenen Raum im Eingangsbereich des Rollerhauses, der zentral und gut erreichbar war. Wir konnten dort auch Kaffee kochen, was von den Betroffenen sehr geschätzt wurde. Hauptziel von BiBA ist es, Betroffene während ihrem Klinikaufenthalt über ihre Möglichkeiten zu informieren und ihnen Wege zu eröffnen, wohin sie sich danach wenden können. Themen in den Gesprächen sind unter anderem Ärger über die Behandlung, persönliche Dinge im privaten Umfeld, Medikamente, Konflikte mit Mitpatienten, Beruf und Wohnen. Am meisten beschäftigt die Patienten allerdings die Frage, wie geht es nach der Klinik weiter?

In der Zeit bis Oktober 2013 wurde BiBA gut angenommen. Es waren häufig 2-3 Personen parallel im Gespräch mit Gabriel und Ingo. Leider wurde dann der Raum renoviert und BiBA musste bis Januar 2014 pausieren.

Es ist bedauerlich, dass Gabriel seine Mitarbeit bei BiBA inzwischen beendet hat, so dass Ingo derzeit alleine die Patienten des ZfP informiert. Ingo hat jedes Mal einen großen Aufwand, da das ZfP mit öffentlichen Verkehrsmitteln schlecht zu erreichen ist. Auch die Qualität der Räumlichkeiten ist stark reduziert, da das ZfP den ursprünglichen Raum für weitere Mitarbeiter benötigt. Wir müssen nun im Eingangsbereich mit den Betroffenen in Kontakt kommen. Deshalb steht auch lediglich eine Art Wartezimmer zur Verfügung, in dem dann die manchmal doch sehr persönlichen Gespräche stattfinden. Das ist zwar nicht wirklich optimal, doch momentan nicht zu ändern, da, wie bereits erwähnt, der bisherige Raum klinikintern dringend benötigt wird. Unser Rollschrank steht nun in einem nahe gelegenen Dienstzimmer, wo wir dankenswerterweise auch Kaffee kochen können.

Das heißt es ist derzeit schwierig BiBA fortzuführen, solange Ingo allein diese Aufgabe zu bewältigen hat. Vielleicht findet sich ja bald jemand, der diese interessante Tätigkeit mit übernehmen will. Es wäre schade, wenn dieses attraktive und innovative Angebot eingestellt werden müsste.

Kontakt: biba@smkev.de

2.2 EX-IN-Genesungsbegleitung (Ingo)

Ingo hat von 2010-2012 den EX-IN-Kurs (engl. EXperienced INVOLvement, dt. Betroffene beteiligen) in Stuttgart absolviert. Ziel von EX-IN ist es, Menschen, die Erfahrung mit schweren seelischen Krisen gemacht haben, dazu zu befähigen im Bereich der Psychiatrie als sogenannte Genesungsbegleiter oder Dozenten bezahlt zu arbeiten. Die eigene Genesungserfahrung ist die Grundlage für ein besonderes Verständnis für seelisch leidende Menschen. Die Integration dieser Nutzerperspektive in die psychiatrischen Hilfen ist eine wichtige Ergänzung und verbessert die Qualität der Hilfen.

Ingo begleitet inzwischen 3 psychiatrienerfahrene Personen für insgesamt 10 Stunden im Monat. Er wird dafür bezahlt und ist beim Sozialpsychiatrischen Dienst und bei der Freiburger Hilfgemeinschaft angestellt. Seine Aufgaben sind vielfältig. Zum Beispiel unterstützt Ingo seine Klienten bei Ämterbesuchen, hilft im Haushalt wo Not ist, führt stützende Gespräche und begleitet bei Spaziergängen. Die Termine sind sowohl fest vereinbart oder finden auch nach Absprache statt.

Ingo hat bisher gute Erfahrungen mit seiner Arbeit gemacht und bekommt am meisten Motivation dadurch, dass er Menschen, die Ähnliches erlebt haben wie er, in ihrem Leiden beistehen kann.

2.3 Fußball (Marco)

Anfang des Jahres wurde der Stab von Ingo an Marco weiter gereicht. Ingo fehlte einfach die Zeit, da er noch in weiteren Projekten beschäftigt ist.

Die Gruppe verdoppelte sich im Jahr 2013. Zu Beginn waren es sechs Spieler, die sich regelmäßig einfanden. Am Ende deren zwölf.

Mit der Zeit stellten sich auch die ersten spielerischen Erfolge ein. So ging es nicht lange und der Wunsch entstand, sich mit anderen zu messen. Über die AOK bekamen wir einen Anteil für unsere Trikots. Die Startgelder bezahlte SmK.

Natürlich waren unsere Erfolge überschaubar. Im ersten Turnier belegten wir einen 11. Platz. Wir schossen zwei Tore, zu Punkten reichte es diesmal leider noch nicht.

Im zweiten Turnier sollte sich dies ändern. Gleich im ersten Spiel erreichten wir ein 0:0. Noch zwei Mal waren wir nahe an einem weiteren Punktgewinn, der jeweils in den letzten fünf Sekunden verspielt wurde. Trotzdem hatten wir eine Menge Spaß und trainieren nun umso härter. ☺ Wir belegten den 10. Platz.

Der Ablauf des Trainings sieht so aus, dass wir uns gemeinsam warm laufen, zwei Übungen machen und abschließend ein Spiel, welches öfter unterbrochen wird, um taktische Dinge zu schulen.

Den Zulauf haben wir der Caritas und dem Haus Landwasser zu verdanken, aus deren Mitte die meisten Spieler kommen.

Ausblick 2014: Das Ziel ist vier Turniere im Jahr zu spielen und in eine größere Halle zu wechseln, da die Halle der Uni Fr in der HS5 inzwischen zu klein ist.

Zu erreichen sind wir unter: fussball@smkev.de und (0761) 766 37 55 (Marco oder AB)

3. sonstige Aktivitäten

3.1 Gremienarbeit SmK e. V.

Seit der Gründung des Gemeindespsychiatrischen Verbunds Freiburg (GPV) im Jahre 2012 ist SmK dort stimmberechtigtes Mitglied. Der GPV ist ein Verbund aller relevanten Akteure des psychiatrischen Hilfesystems Freiburgs, mit dessen Hilfe die psychiatrische Versorgung geplant, koordiniert und gesteuert wird. Federführend ist hierbei die Stadt Freiburg.

Ziel der Gremienarbeit von SmK ist es, die Interessen der Freiburger Psychiatrie-Erfahrenen psychiatriepolitisch zu vertreten. SmK versucht derzeit ein Vernetzungstreffen zu organisieren, um die diesbezügliche Basis zu verbreitern. Hierzu wurden das Selbsthilfebüro und alle Mitglieder des GPV angefragt, um so in Kontakt mit Psychiatrie-Erfahrenen zu kommen. Mit dem Besuch des Haus Landwasser wurde eine „Werbetour“ gestartet, die 2014 fortgesetzt werden wird. Der Aufbau eines stadtweiten Betroffenennetzes erweist sich bisher aber als schwierige und langwierige Aufgabe.

SmK ist Mitglied des GPV-Basisgremiums Forum und der Steuerungsgruppe, die auf Geschäftsführerebene besetzt ist. In der Steuerungsgruppe haben die Angehörigen und die Psychiatrie-Erfahrenen nun jeweils einen Sitz. Bisher mussten sie sich diesen teilen. In den Arbeitsgruppen Wohnen und Öffentlichkeitsarbeit sind die Psychiatrie-Erfahrenen von SmK ebenso vertreten, wie in der Initiative Außerstationäre Krisenbegleitung (ASK!), die in Freiburg einen Krisendienst mit Anlaufstelle, mobilen Krisenteams und Krisenwohnung aufbauen will.

Wir wirkten bei der Planung der Woche der seelischen Gesundheit mit, in deren Rahmen wir eine eigene Veranstaltung zum Thema „Alt werden mit einer psychischen Erkrankung“ organisierten. Auch bei der Erstellung der Broschüre „Psychiatrie-Wegweiser“ und der Neugestaltung der GPV-Homepage waren wir beteiligt. Nun soll für 2014 ein übergreifendes Konzept der Öffentlichkeitsarbeit erarbeitet werden. Ebenso brachten unsere Ideen bei der Bedarfsermittlung Wohnen und bei der Erstellung der Gesamtkonzeption Wohnen ein. Für das GPV-Projekt „Gut-Persönlich-Verbunden“ in dem das Internetportal FRROOTS entwickelt wird, um so ehrenamtlich engagierte „Türöffner“ für die Begleitung junger Psychiatrie-Erfahrenen zu gewinnen, konnte wir leider keine psychiatrieefahrenen SmK-Vertreter finden. Die Projektleitung hat hier das Haus Landwasser.

Nach anfänglichen Schwierigkeiten in der aufwändigen Gründungsphase des GPV ist es zu betonen, dass alle Beteiligten großes Interesse an einem funktionierenden GPV haben und das Engagement in diversen Arbeitsgruppen und Projekten überdurchschnittlich ist. Es wird sich zeigen, ob dies in Freiburg so auf Dauer durchzuhalten ist.

Ingo Schlotter/Rainer Höflacher am 30.4.2014

Der kompletter Jahresbericht liegt bei der Mitgliederversammlung aus.

Ebenfalls kann er ab Mitte Mai, auf unserer Homepage eingesehen werden.

Auf Antrag kann er im Ausnahmefall auch per Post zugeschickt werden.