

TACHELES

Vereinszeitschrift des LV Seelische Gesundheit Mecklenburg-Vorpommern e.V.

Vereinsnachrichten • Mitteilungen • Termine



Tacheles

2. Depressionskongress Leipzig
Einlieferung in die Klinik
Hilfe, wo man sie erwartet?
Schock nach Einweisung
Aufenthalt in der Tagesklinik

Mitteilungen

4. Aktionstag der Selbsthilfe
Weg mit PEPP!

Termine

Veranstaltungskalender des LSG M-V e.V.

Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen des Landesverbandes

Dezember 2013

eBookausgabe im Internet www.lsgmv.de



LSG M-V e.V.

Vorwort.....	3
TACHELES	
Leipzig – ein Muss!!.....	4
2. Depressionskongress in Leipzig.....	7
Einlieferung in die Klinik.....	8
Hilfe, wo man sie erwartet?.....	9
Schock nach Einweisung.....	12
Auch Weiterbildungen können barrierefrei sein	13
Aufenthalt in der Tagesklinik	16
Besuche in Behindertenwerkstätten.....	18
MITTEILUNGEN DER SELBSTHILFE	
4. Aktionstag der Selbsthilfe.....	20
Weg mit PEPP!.....	22
VEREINSMITTEILUNGEN	
5. Aktionstag der Selbsthilfe 2014.....	23
Gesprächsforum seelische Gesundheit	23
ZUSCHRIFTEN	
E-Mails in Kürze.....	24
TERMINE	
Veranstaltungskalender des LSG M-V	25
SELBSTHILFE	
Selbsthilfegruppen des LSG M-V.....	26

Mit freundlicher
Unterstützung durch:



Liebe Vereinsmitglieder,

das Jahr neigt sich so langsam dem Ende zu und wir blicken auf ein ereignis- und arbeitsreiches Geschäftsjahr zurück. Mecklenburg-Vorpommern ist ein Flächenland – dieses wurde dem Vorstand und der Geschäftsführung des Landesverbandes auch 2013 sehr deutlich: Insgesamt fuhren wir 13.103 km durch unser Bundesland, um die gestellten Vereinsaufgaben zu erfüllen. Ganze 7.347 km davon wurden in ehrenamtlicher Arbeit zurückgelegt. Nicht nur den enormen Fahrtkosten, sondern auch die dafür benötigte Zeit bedeuten eine große Belastung für unsere landesweite Arbeit.

Über einige unserer diesjährigen Aktivitäten berichten wir in dieser Ausgabe unserer Vereinszeitschrift, die komplette Auflistung erhalten Sie Anfang nächsten Jahres in unserem Tätigkeitsbericht.

Auch in diesem Geschäftsjahr lag der Schwerpunkt unserer landesweiten Arbeit in der Selbsthilfearbeit psychisch erkrankter Menschen in Mecklenburg-Vorpommern. Dass diese jedoch einiger Voraussetzungen bedarf, erwähnten wir in der letzten Ausgabe unserer Vereinszeitschrift. Somit widmet sich unser nächster Aktionstag der Selbsthilfe dem Thema „Selbsthilfearbeit psychisch erkrankter Menschen. Möglichkeiten, Schwierigkeiten und Grenzen.“ und wird voraussichtlich am 24. September 2014 in Grimmen stattfinden.

Unsere nächste Mitgliederversammlung wird am 14. Juni 2014 von 10.00 bis 12.00 Uhr stattfinden. Wir möchten Sie herzlich bitten, sich diesen Termin vorzumerken. Im nächsten Jahr steht auch die erneute Vorstandswahl auf dem Programm. Da leider schon jetzt absehbar ist, dass einige Vorstandsmitglieder aus erkrankungsbedingten Gründen nicht erneut kandidieren werden, benötigen wir neue Vorstandsmitglieder. Vielleicht Sie?

Einen ganz besonders Dank möchten wir unseren diesjährigen Förderern aussprechen:

Dem **Landesamt für Gesundheit und Soziales M-V** und der **ARGE Selbsthilfeförderung M-V** für die Förderung unserer Geschäftsstelle, der **OSPA-Stiftung** für die Förderung unserer Vereinszeitschrift, der **IKK Nord** für die Förderung unserer Gesprächsforen seelische Gesundheit und der **AOK Nordost** für die Förderung unseres Aktionstages der Selbsthilfe und der **BAHN-BKK** für die Unterstützung des Computerkurses. Ohne diese finanzielle Unterstützung hätten wir unsere Aktivitäten nicht durchführen können. Vielen Dank dafür!

Ihr LSG M-V

TACHELES

Leipzig – ein Muss!!

In diesem Jahr nahmen 3 unserer Mitglieder das erste Mal am Patientenkongress Depression in Leipzig teil. Es war bereits das 2. Mal, das diese Veranstaltung für Betroffene und Angehörige von der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und der Deutschen Depressionsliga vorbereitet und durchgeführt wurde.

Es war für uns nach Jahren der erste Versuch, eine große Veranstaltung zu besuchen, aus der Isolation herauszugehen und in diesem Maße in den Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen oder anderen, an der Depression Interessierten zu treten.

Aus diesem Grund war es natürlich sehr aufregend für uns und wir wussten nicht, ob es möglich war, die Veranstaltung bis zum Schluss durchzuhalten. Weiterhin interessierte uns auch, ob dieser Kongress das hält, was er versprach: Eigens auf die Belange der Betroffenen und Angehörigen ausgerichtet zu sein. Genug schlechte Beispiele (Siehe auch letzte Ausgabe von Tacheles) hatten wir erlebt.

Wir wurden nicht enttäuscht. Sowohl der beeindruckende Veranstaltungsort (das Gewandhaus) als auch die kulturelle Umrahmung schufen die Grundlage für ein einzigartiges Erlebnis.

Nach der Registrierung, der Pressekonferenz und der Begrüßung erlebten wir eine gemeinsame Trommelaktion, die wir so allein nicht durchgeführt hätten. Ein wenig beklemmt guckten wir

schon, als wir beim Betreten des Saales auf jedem Platz eine Trommel vorfanden.

Depression und Trommeln, das heißt auch viel Lärm – das geht doch nicht!

Doch, es ging und soweit wir es als Spaß formulieren können: Es hat Spaß gemacht, weil es unser Krach war und weil wir es gemeinsam machten. Das war schon mal ein guter Anfang, der dann auch von dem Schirmherrn der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, Herrn Harald Schmidt, aufgegriffen wurde und anschließend mit einem ihm eigenen Humor durch das Programm führte.

Schon mit seinem Einstieg: „Vier Millionen Depressive in Deutschland – das kann nicht nur am Fernsehprogramm liegen!“, machte er uns schmunzelnd auf seine Moderation neugierig.

Eine vielleicht unseriöse Formulierung, aber wir wollten auch über uns lachen können und dabei hat er trotzdem viel Feingefühl gezeigt. Ich denke, gerade bei diesem Thema ist das eine hohe Kunst.

Nach diesem gelungenen Auftakt folgte ein Programm, das in seiner Vielfalt beeindruckend war. In den verschiedensten Vorträgen kamen sowohl Professionelle, Betroffene als auch Angehörige zu Wort. Dabei wurde das beachtet, was wir uns als barrierefreie Veranstaltung für psychisch Erkrankte vorstellen. Keiner sprach länger als 20

Minuten, es wurden keine reinen Fachvorträge mit vielen Fremdwörtern gehalten und es gab ausreichend Pausen. Wenn doch jemand zusätzlich eine Erholung brauchte, konnte er im Foyer einen Imbiss zu sich nehmen und den Darbietungen über Monitoren folgen. Hier hat man verstanden, allen einen Zugang zu einer Großveranstaltung zu verschaffen, auch denen, die mit vielen Menschen, viel Lärm und zu viel Informationsaufnahme überlastet sind. Das war genial und hochprofessionell. Danke!

Während der Pausen konnte man Bücher erwerben, Infostände von Krankenkassen/-versicherungen und Ausstellungen aufsuchen, eine Pinnwand gestalten und seine Stimme im Fotowettbewerb abgeben.

Am Nachmittag fanden Workshops, zu denen man sich vorher angemeldet hatte, statt, Auszeichnungen wurden vorgenommen und für uns war es dann noch einmal ein besonderer Abschluss, dem Vortrag von Dr. Manfred Lütz zu folgen, der sich als Autor mehrerer Bestseller u.a. mit psychischen Erkrankungen von der Warte des Psychotherapeuten befasst.

Auf kabarettistische Weise erläuterte er unterhaltsam und allgemeinverständlich die gesamte Psychiatrie und Psychotherapie, alle Diagnosen, alle Therapien, darunter natürlich auch die Depression und ihre Behandlung. „Irre! Wir behandeln die Falschen. Unser Problem sind die Normalen – Eine heitere Seelenkunde.“





Da wir noch eine lange Reise vor uns hatten, konnten wir leider nicht am Kongressausklang in der Moritzbastei teilnehmen. Unserer Meinung war auch das eine fantastische Idee, diesen Tag nachwirken zu lassen.

Der 2. Deutsche Patientenkongress bot viele Möglichkeiten sich zu informieren und auszutauschen 8 verschiedene Vorträge, 18 Workshops, 25 Aussteller,

die Veranstaltung zum Kongressausklang sowie die Fotoausstellung und die vielen Begegnungen für uns zu einem unvergleichlichen, unvergesslichen Erlebnis werden lassen. Mit einem leisen und stolzen Lächeln führen wir heim. Das erste Mal fühlten wir uns eingeladen und wir haben einen Schritt aus der Isolation gemacht und ihn als gut befunden.

Bericht über den 2. Depressionskongress in Leipzig

Mein Mitstreiter und ich aus der Selbsthilfegruppe „Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen“ besuchten den Depressionskongress in Leipzig.

Wir sind am Samstagmorgen mit öffentlichen Verkehrsmitteln über Berlin nach Leipzig. Die Pension war ca. 26 min Fahrzeit vom Hauptbahnhof und Gewandhaus entfernt.

Am Samstagnachmittag und -abend sahen wir uns die Innenstadt von Leipzig an und bereiteten uns auf den Kongress vor.

Am Sonntag gegen 9:15 Uhr kamen wir im Gewandhaus an und suchten uns dann einen Platz über dem angegebenen Ausgang. Zuvor habe ich noch Mitglieder unseres Landesverbandes getroffen.

Nach einem Trommelwirbel zum Mitmachen wurden die Kongressteilnehmer begrüßt. Moderiert wurde dieser Kongress von Harald Schmidt – teilweise mit schwarzem Humor, aber auch teilweise lustig.

Nach 4 Vorträgen mit Musikpause gab es dann eine längere Mittagspause, in der man mit anderen Kongressteilnehmern in einen Erfahrungsaustausch getreten ist. Mir ist aufgefallen, es kamen viele außerhalb von Leipzig oder Sachsen, aber der Norden war sehr dünn vertreten, viele aus dem Süden (Hessen/Thüringen). Bei der Nachmittagsveranstaltung fand ich das Thema „Burnout“ am interessantesten. Bei Kaffee und Kuchen konnte man sich mit weiteren anderen Teilnehmer unterhalten – teilweise musste ich leider

feststellen, dass Angehörige das Thema Depression nicht ernst nehmen oder auch Betroffene mit einer gezielten Bezeichnung einer SHG (speziell meine) nicht gut finden. Einer erklärte mir, dass seine SHG „Apfelbaum“ heißt – womit ich nichts anfangen kann.

Nach dem „Kaffeetrinken“ konnte man 1 von 14 Workshops im Seminargebäude der Uni Leipzig besuchen. Zu diesem Workshop musste man sich vorher anmelden.

Wir haben den Workshop 10 „Online-Behandlung bei Depression“ besucht. Dieser war sehr interessant und zeigte eine Alternative auf, um dem Mangel an Psychotherapieplätzen entgegenzuwirken. Ich denke dieses Thema ist gerade in Mecklenburg-Vorpommern sehr wichtig und aktuell.

Einen interessanten Tagesausklang mit vielen Diskussionen im kleinen Kreis (Tisch) war denn die Abendveranstaltung in der Moritzbastei.

Am späten Sonntagabend fuhren wir dann wieder in Richtung Wismar über Wittenberg und Berlin. Gegen 7:30 Uhr sind wir denn wieder in Wismar angekommen.

Abschließend kann ich sagen, es war sehr informativ und interessant und ich freue mich schon auf den nächsten Kongress in 2 Jahren und hoffe, dass das Thema Depression dann wieder etwas mehr entstigmatisiert ist und als „natürliche“ Krankheit behandelt wird. Eine psychische Erkrankung ist kein Beinbruch – man sieht die Erkrankung nicht von außen, und es gibt keine festen Behandlungs- und Heilungszeiten.

Einlieferung in Klinik

Einem Bekannten von mir ging es seit ca. 2 bis 3 Tagen psychisch schlecht, er hatte aber das Gefühl, er überwindet diese Krisenphase mit der Bedarfsmedikation. Zum Glück hatte er keine Suizidgedanken, aber eben Gleichgültigkeit, Zukunftslosigkeit und psychische Erschöpfung (burn out). Leider besserte sich sein Zustand auch mit der Einnahme der Bedarfsmedikation nicht. Als es extrem wurde, war es nun schon Freitagnachmittag, sein behandelnder Arzt hatte schon Praxischluss. Da stellte sich die Frage: Bis Montag auszuharren – evtl. dass der innere Druck schlimmer wird oder aber in der psychiatrischen Klinik anzurufen, ob er heute noch kommen kann. Nun sollte man ja denken, dass die Ärzte froh sein sollen, wenn ein psychisch erkrankter Mensch noch soviel Kraft hat, sich selber einzuliefern bzw. anzurufen. Aber dies war nicht so – im Gegenteil, er musste sich rechtfertigen, warum er nicht schon am Vormittag seine Situation als so schlimm angesehen hat, dass er nicht zum ambulanten Facharzt gegangen ist. Nach ca. 15 min. und vielem Hin und Her wurde dann erklärt, er könne über

die Notaufnahme kommen. Dass dies nur über die Notaufnahme geht, war uns beiden auch klar, da kein Einweisungsschein vorlag.

Es ging also zur Notaufnahme, dort verbrachten wir ca. 2 Stunden, mit Unterbrechung von kurzen „Pausen“, wie Problemschilderung, Blutdruckmessung, Blutentnahme und Urinabgabe. Und dies nicht in einem Schritt, sondern jeder Schritt einzeln mit Warten im Warteraum der Notaufnahme. Ich stellte mir da schon die Frage, warum dies so lange dauert und in der Notaufnahme stattfinden musste, das hätte alles auf Station stattfinden können. Nach ca. 2 Stunden stand fest, er würde auf der psychiatrischen Station aufgenommen werde – dies wussten wir durch das Telefonat schon ca. 3 Stunden vorher.

Was wäre, wenn er durch die ganze Prozedur den Mut, sich helfen zu lassen, verloren hätte und es ihm zu viel geworden wäre und er sich etwas angetan hätte?

So ein Verhalten fördert garantiert nicht die Einsicht, sich freiwillig in die Klinik zu begeben und Hilfe von Fachleuten anzunehmen.



Hilfe, wo man Hilfe erwartet?

Wie wir in unserer letzten Ausgabe berichteten, gibt es da, wo wir wohnen, im Umkreis von 30 Kilometern keinen Psychologen und keinen Psychotherapeuten. Über unsere ersten vergeblichen Versuche, diesen Missstand zu beseitigen, haben wir ebenfalls informiert.

Nun möchten wir über weitere Anstrengungen berichten, die das Ergebnis, nämlich das vom letzten Jahr, vielleicht erklären.

Im Juni hatten wir uns beim Leiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes zu einem diesbezüglichen Gespräch angemeldet. Ich möchte darauf hinweisen, dass es für uns eine große Anstrengung ist, zunächst die 25 Kilometer zu meistern

und dann noch ein Gespräch zu führen, das unheimlich wichtig ist und nicht nur uns betrifft.

Wir wurden höflich empfangen und redeten über dies und jenes, bevor uns mitgeteilt wurde, dass man sich, was die Selbsthilfegruppen betrifft, gar nicht auskennt und damit nichts zu tun hätte.

Außerdem wäre man nicht für Depressive zuständig, sondern nur für die sogenannten „Harten Fälle“. Daraufhin verwies ich auf die Leitlinien der AG Sozialpsychiatrische Dienste über die Funktion und Aufgabe der Sozialpsychiatrischen Dienste bei den Gesundheitsämtern in MV, aus denen ich gleich zitieren werde. Worauf er nur amüsiert



lächelte und sagte: „Sie wissen doch, wie das so mit den Leitlinien ist ...“ Wusste ich zwar nicht, aber nun ja.

Übrigens möchte ich nur nebenbei bemerken, dass diese Leitlinien vom Fachbeirat für Psychiatrie verfasst und beschlossen wurden und nicht von der Selbsthilfe. Nennt man das nun Dienstverweigerung oder nach psychischer Heilmethode Abgrenzung??

Nun ja, ich zitiere aus dem oben genannten Dokument: „...Der Sozialpsychiatrische Dienst unterstützt und berät Initiativen, beteiligt sich an der Planung und Durchführung von Vortragsveranstaltungen, Gesprächskreisen, Psychiatrietagen, Gesundheitskonferenzen, Veröffentlichungen von Artikeln und Faltblättern und initiiert diese im Bedarfsfall ...“ (S. 1) Schade nur, dass bei uns in Grimmen davon nichts ankommt. Als unsere Gruppe im Jahr 2010 sich kurz bei der für uns zuständigen Dame vorstellte, war sie sehr überrascht, dass

es uns gibt und holte dann nach einigem Suchen aus einer Ecke ihres Schrankes unsere Faltblätter heraus.

„... Der Sozialpsychiatrische Dienst leistet insbesondere Unterstützung beim Aufbau und der Durchführung von Selbsthilfegruppen, Psychoseseminaren, Patientenklubs u. a. ...“ (S. 2) Sehr interessant, das war ganz neu für mich. Dadurch, dass in unserem kleinen Städtchen eine überschaubare Menge von Selbsthilfegruppen existiert und ich sie kenne, weiß ich, dass es das nicht gab und nach wie vor nicht geleistet wird. Unser Landesverband führt seit 2010 auch bei uns regelmäßig Psychoseseminare (umbenannt in Foren für seelische Gesundheit) durch, um deren Organisation, Bewerbung und Umsetzung wir ganz allein gelassen werden. Besonders überrascht waren wir sogar darüber, dass die Vertreterin des Dienstes trotz vielfacher Einladungen nur einmal vorbeischaute und dann ... Diese Art der Zusammenarbeit bedeutet

Präventionsarbeit und würde einigen Betroffenen helfen, die Zeit nach der Klinik besser für sich zu nutzen. Ein komplettes Netzwerk sollte dem Erkrankten zur Verfügung stehen, um eine gewisse Stabilität zu erlangen. An Klinikstandorten gelingt das schon zunehmend. Leider vergisst man die ländlichen Bereiche und Kleinstädte, also auch uns. Warum siedelt sich alle Hilfe dort an, wo sie schon funktioniert? Die Herausforderung sollen anscheinend nur wir suchen.

In der Zeitschrift der KISS erfuhren wir, dass angeblich 3 Psychomobile der Heliosklinik regionale Sprechstunden durchführen. In unserem Bereich soll eines in 2 Arztpraxen von Allgemeinmedizinern beratend tätig sein. Auf meine Anfrage hin, erfuhr ich, dass nicht einmal ein Fahrer zur Verfügung stände. Soweit zur Theorie

Kommen wir aber zurück in unser Städtchen: Das Problem der fehlenden Behandler stellten wir auch der Kassenärztlichen Vereinigung vor und erbaten Hilfe. Darauf wurde uns mitgeteilt, dass die Ärzte der Stadt Grimmen die Versorgung der Erkrankten abdecken könnten und keine Spezialisten benötigen. Auf unsere Nachfrage bei fast allen Ärzten konnte sich niemand an diese Äußerung erinnern, man würde sogar diese Forderung unterstützen. Ich habe heute erneut bei der KV mit Hilfe einer E-Mail auf unser Problem aufmerksam gemacht. Vielleicht erhalte ich noch vor Redaktionsschluss eine Nachricht, so dass ich wieder einen Schritt schlauer bin oder auch nicht.

Auf unserem diesjährigen Aktionstag konnten wir vor unserem Bürgerbeauf-

tragen, dem Psychiatriereferenten unseres Landes, Vertretern der Stadt und vielen Interessierten erneut aufmerksam machen. Unserer Hoffnung ist und das haben wir schon erfragt, dass Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt werden und Kliniken gefunden werden, die Sprechstunden regelmäßig durchführen. Es wäre der Beginn eines kleinen Wunders, aber was wollen wir mehr, wir sind eine Kleinstadt ... Auch hier werde ich später zu berichten haben. Übrigens, eines muss ich beim ganzen Übel doch noch Positives bemerken. Die Dame, die im Sozialpsychiatrischen Dienst für uns zuständig war, ist, nachvollziehbar, in die Frührente gegangen. Sie hatte es aber noch möglich gemacht, 2 Mitglieder für unsere Gruppe zu begeistern. Dafür ein tolles Dankeschön und die Bemerkung, sie sind noch dabei. Immer, wenn`s am schönsten ist ...

Für sie ist ein Nachfolger gekommen, der sogar schon auf unserem Aktionstag war ... Na, wenn das nicht der Beginn einer wunderbaren, was auch immer wird. Wir bleiben dran, ob er auch, das wird sich zeigen und wir berichten natürlich. Vielleicht wird das ein Pilotprojekt, entstanden in der wunderschönen, aber sehr kleinen Stadt Grimmen. Und damit auch alle wissen, auf welcher Grundlage das passieren kann, möchte ich noch einmal zitieren. Der Text ist einfach zu gut: "...Der Sozialpsychiatrische Dienst kooperiert hierbei insbesondere mit ..Ärzten, Psychologischen Psychotherapeuten, Arbeitgebern ... und ... (Na, was denken Sie? Natürlich ...„Selbsthilfegruppen.“ (S.5)

Schock nach Einweisung

Um das Folgende zu verstehen, möchte ich kurz etwas aus meiner Krankheitsgeschichte berichten.

Im Jahr 2000 hatte ich zwei Bandscheibenvorfälle und anschließend versteifte sich die Wirbelsäule.

2003 begann dann meine Schmerzbehandlung in Greifswald. Zunächst bekam ich starke Opiate, die dann, als sie nicht mehr wirkten, durch eine eingesetzte Schmerzmittelpumpe ersetzt wurde. In der Schmerzambulanz der Uniklinik erhielt ich 2 Mal im Jahr eine Morphiumfüllung, durch die meine Beschwerden gedämpft wurden. Irgendwann mussten aber weitere Medikamente ergänzt werden. Ich wurde regelmäßig über die Medikamente und die Behandlung aufgeklärt.

2012 empfahl mir meine Ärztin eine stationäre Kur, bei der ich mich bei Sport und Gesprächen erholen sollte. Sie rief gleich in der Klinik an, die in der Antwort deutlich machte, dass sie sich nicht mit meiner Pumpe auskennt. Deswegen empfehlen sie mir einen Aufenthalt in der Odebrecht-Stiftung. Hier würde der Aufenthalt 4 Wochen dauern und das Gleiche beinhalten wie es bei Ihnen angeboten wird. Die Anmeldung sollte durch meine Ärztin erfolgen, womit ich einverstanden war.

Als der Termin feststand, rief ich im Krankenhaus an, um zu erfragen, was auf der Einweisung stehen sollte. Die Antwort, bei der ich mir nichts weiter dachte, war: „Schmerzsyndrom.“

Am ersten Tag, im Januar diesen Jahres, in der Odebrecht-Stiftung fragte mich

der gesprächsführende Arzt, ob ich wüsste, warum ich hier bin. Da ich feststellte, dass ich auf einer psychiatrischen Station (Station 6) gelandet war und noch ziemlich geschockt war, wusste ich es nicht. Ich wollte von ihm eine Antwort. Die war: „Zum Entzug!!“

Kaum einer kann sich vorstellen, was das alles in mir auslöste.

Bis Anfang Februar konnte das mit meiner zuständigen Ärztin nicht geklärt werden. Im Nachhinein erklärte mir die Stationsärztin, dass eine Anmeldung durch Frau Müller nie erfolgt wäre. Nun verstand ich gar nichts mehr.

In diesem Zustand erfolgte der Entzug. Das alles hatte genau dort, wo man sich auch um mein psychisches Wohlbefinden kümmern sollte, sehr schlechte Auswirkungen auf meine Gesundheit. Ich verließ die Klinik vielleicht ein wenig niedrigdosierter, dafür aber verunsichert, enttäuscht und wütend. Wie kann man so mit Menschen umgehen. Man muss mit mir reden und nicht über meinen Kopf entscheiden.

Eine richtige wahrheitsgemäße Aufklärung hätte mir als Schmerzpatienten den Aufenthalt einsichtiger gemacht. Auch kann ich bis heute keinem Arzt mehr richtig vertrauen.

Auch Weiterbildungen können barrierefrei sein – und das nicht nur für Rollstuhlfahrer

Vom 30. 08.–31. 08. 2013 nahm ich am Seminar zum Thema: „Überforderung in der Selbsthilfe erkennen und vorbeugen“ teil. Es wurde organisiert und durchgeführt von der DLH, der B.A.G und der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.. Dieses Thema interessierte mich, da ich selbst oft mit meiner Arbeit als Sprecherin einer Selbsthilfegruppe überfordert bin. Es gibt einige Mitglieder, die nicht daran denken, dass auch ich Betroffene bin. Sie setzen sich gern an den „gedeckten“ Tisch und warten auf das, was kommt. Schwierig ist es ebenfalls, andere zur Mitarbeit zu motivieren und einen Teil der Verantwortung in die richtigen Hände zu übergeben. Mir fällt es schwer, eigene Grenzen zu erkennen und zu achten. Im Laufe der Veranstaltung erfuhr ich, dass es den anderen auch so geht und sie aus diesem Grund hier sind.

Die Begrüßung war angenehm und erfolgte in einem Hotel, das gut gewählt war: Barrierefreiheit, ruhige Lage, fantastisches Essen und ein großer, heller Seminarraum. Nach der Begrüßung konnten wir uns in einer kleinen Pause so setzen, dass es bequem für uns ist. Einige lagerten Arme oder Beine, dass sie nicht schmerzten, andere suchten sich einen Tisch, da sie nicht immer sitzen konnten und ich suchte mir einen Platz am Rand.

Auch im weiteren Verlauf der Veranstaltung bemerkte ich, dass auf die Befindlichkeiten aller Rücksicht genommen

wurde. Bei der Aufwärmübung sollte der Ball gerollt und nicht geworfen werden, damit die Sehbehinderten Zeit hatten zu reagieren. Es wurden viele Pausen mit Ansagen gemacht, dadurch konnten sich die Betroffenen besser auf die Thematik einstellen und sich leichter konzentrieren. Ich fand es auch hilfreich, dass immer wieder Kritik geübt werden konnte und diese auch eingearbeitet wurde.

Ich muss dies als positiv bewerten, obwohl ich immer dachte, dass das eigentlich selbstverständlich sein sollte. Wie ich später jedoch berichte, ist das bei Weitem nicht so.

Diese Weiterbildung war für Vertreter von Selbsthilfeorganisationen chronisch kranker und behinderter Menschen und entsprach diesen meiner Meinung auch voll und ganz.

Um diesem wichtigen Thema gerecht zu werden, lernten wir Methoden und Strategien kennen, die wir unseren Gruppen entsprechend anwenden können.

Am Ende unserer Fortbildung erhielten wir schon Material, das wir zu Hause einsetzen konnten, da einige von uns das noch verinnerlichte Wissen gleich in den Gruppen anwenden wollten. Später bekamen wir auch das Protokoll und die PowerPoint-Präsentation.

Es war den Veranstaltern auch sehr wichtig, Ideen zu sammeln, wie das Thema „Überforderung weiter in die Verbände getragen werden könnte, wobei erwogen wurde, Die KISS mit

einzu beziehen und eine weitere Veranstaltung zur fundierten Trainerausbildung zu ermöglichen. Da ich wirklich beeindruckt war, habe ich mit diesem Artikel ein wenig aufmerksam gemacht und werde auch im Verband vorschlagen, diesen Workshop in anderen Städten für unsere Selbsthilfegruppen durchzuführen.

Wie ich oben bereits erwähnte, gibt es dieses Beispiel einer barrierefreien Weiterbildung kaum.

Bei einer Veranstaltung in Bad Bevensen (Gustav Stresemann Institut) machte ich ganz andere Erfahrungen. Da sich das Thema auf der Arbeit in Selbsthilfegruppen bezog, hätte ich gedacht, dass man sich gerade hier mehr Gedanken um Menschen mit Beeinträchtigungen macht.

Während der drei Tage saßen wir in einem sehr dunklen, kleinen Raum. Für einige mag das sehr gemütlich sein für Menschen mit depressiven Erkrankungen (und das sind sehr häufig Begleiterkrankungen bei chronisch oder schwer Kranken) sind Enge und Dunkelheit schon ein Problem. Da wir in unserer Gruppe einen mehrfach eingeschränkten Teilnehmer hatten, war es für mich besonders erschütternd zu sehen, wie er Treppen und andere Hürden mit dem Rollator mit größtem Körpereinsatz überwinden musste. Beim Essen kam er kaum durch die engen Gänge, die Dusche konnte er wegen erhöhten Einstiegs und Platzmangels nicht benutzen und oft war er auf unsere Hilfe angewiesen, was ihm sichtlich unangenehm war.

Die Unterkunft erfolgte in kleinen Dop-

pelzimmern, die aber nicht lärmisoliert waren.

Als ich die Zustände aus meiner Sicht kritisierte, war man hier aufgeschlossen und wies darauf hin, dass ein Umbau irgendwann erfolgen würde, aber...

Ich möchte kurz aus der Homepage zitieren: „Wir sind eine anerkannte Heimvolksschule ... unser Haus ist auf verschiedene Gruppen eingestellt ... 15 Seminarräume, Tagungshaus nicht rollstuhlgerecht ...“

Wir wissen, dass in den Selbsthilfegruppen Menschen mit Beeinträchtigungen, egal, in welcher Form, Unterstützung geben und suchen. Hinzu kommt, dass das Durchschnittsalter der Mitglieder sich um die fünfzig Jahre beläuft. Es ist traurig, dass sich dieses renommierte Institut hier kaum Gedanken gemacht hat und trotzdem Weiterbildungen für Selbsthilfegruppen anbietet. Nach dem Motto: Wer sich hier anmeldet, muss dadurch.

Das zeigt mir einmal mehr, wie weit weg der Gedanke von Integration und Inklusion in vielen Bundesländern noch ist. Gut zu wissen, dass der Integrationsfönderrat unseres Landes schon vieles erreicht hat, um eine Barrierefreiheit in öffentlichen Gebäuden und Institutionen durchzusetzen.

In dem Journal der KV von MV war ich erfreut zu lesen, dass die Kassenärztliche Vereinigung in MV und das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales gemeinsam die Situation in der ambulanten medizinischen Versorgung für Menschen mit Behinderung verbessern wollen. Es sollen mehr Arztpraxen barrierefrei erreicht werden.

Dazu ist es vorgesehen, zukünftig auch mit dem Integrationsförderrat des Landes zusammenzuarbeiten. Der Verfasser des Artikels, Herr Oliver Kahl, möchte daraufhin Ärzte sensibilisieren und Fortbildungen anbieten. Ich finde das eine sehr gute Idee, vorausgesetzt, es wird in diesem Zusammenhang auch an die Menschen mit psychischen Einschränkungen gedacht.

Wie ich in unserer letzten Ausgabe versuchte zu erklären, haben wir keine sichtbaren, sondern unsichtbare Barrieren zu überwinden. Ich bemerke erfreut, dass schon Einiges berücksichtigt wird, wenn es darum geht, Gehörlosen, Blinden und Menschen mit körperlichen Einschränkungen Möglichkeiten zu schaffen, am öffentlichen Leben teilzunehmen. Es war ein langer Weg, aber der Stein kam in`s Rollen. Unsere Betroffenen haben ohne betreute Hilfen weder die Möglichkeit der Teilhabe als auch der vollständigen Wahrnehmung ambulanter Behandlungsangebote.

Dabei wären hier Hilfen oft nicht so teuer wie ein Praxisumbau (Siehe Barrierefreiheit für uns in der letzten Ausgabe). Auch könnte ich mir vorstellen, dass hierbei der gute alte Schwerbehindertenausweis bei der besonderen Berücksichtigung Betroffener Rücksicht finden könnte. Er ist ja sonst so gut wie nicht zu gebrauchen ...

Ich möchte jedoch noch einmal zurückkommen nach Bad Bevensen und von der Homepage zitieren: „Wir begreifen uns als Institution und befinden uns daher in einem kontinuierlichen Qualitätskreislauf, der sich an unseren Entwicklungszielen und an ihren Wünschen ausrichtet.“

Nun denn – gut zu wissen. Ich weiß natürlich nicht, wie oft man das Gleiche wünschen darf und wie lange man auf die Erfüllung warten muss, aber ich habe für mich entschieden, dieses Institut vorerst nicht mehr aufzusuchen und werde es auch nicht weiterempfehlen. Damit sie nicht denken, dass ich nur kritisiere, möchte ich zum Schluss doch noch etwas Positives von unserem Tagungsort berichten: Das Essen war toll.

Aufenthalt in der Tagesklinik

In der Zeit vom 5. 11. 2012 bis 4. 1. 2013 hielt ich mich in der Tagesklinik für Psychiatrie und Psychotherapie auf.

Die Wartezeit zur Behandlung ist sehr lange. Ich musste 11 Monate auf die Behandlung warten. Das ist ein unhaltbarer Zustand. Ähnlich erging es den anderen Patienten. Traurig ist es nur, wenn die Patienten sich in einem psychisch schlechten Zustand befinden und sie keine Hilfe bekommen. Leider ist die Situation in Rostock so! Der Bedarf, dass Menschen, die psychiatrisch erkranken und dringend behandelt werden müssen, ist hoch und es werden immer mehr Menschen. Was ist nur los in unserer Gesellschaft?

Am 5. 11. 2012 kam ich sehr aufgeregt in der Tagesklinik an, um das erste Gespräch zu haben bzw. die Gruppenmitglieder kennenzulernen, mit denen ich wochenlang „auskommen“ soll. Ich erlebte gleich etwas Positives. Eine Betroffene aus der Gruppe begrüßte und drückte mich. Ich war so beeindruckt, da kamen mir gleich die Tränen. Das Gespräch mit der Psychiaterin war gut. Sie war sehr einfühlsam. Anschließend lernte ich dann die Gruppenmitglieder kennen. Es waren 14 Mitglieder. Ich wurde sehr herzlich aufgenommen und schon wurde ich ruhiger.

Jeder Teilnehmer erhielt dann den Wochenplan, in dem Aufgaben stehen, die jeder Patient zu lösen hatte. Montags war für mich der härteste Tag. Das Thema „Depressionsbewältigung“ war für uns schon sehr emotional. Wir sprachen über unsere Probleme und es liefen

viele Tränen. Wenn es einen Gruppenmitglied sehr schlecht ging, wurde er von uns gedrückt und getröstet. In den Gesprächen konnten wir erfahren, was einige Patienten durchgemacht haben - grausam! Nachmittags durften wir uns beim Sport „austoben“. Da ging es wesentlich lockerer und lustig zu. Am Dienstag kochten wir dann. Für uns war es neu, plötzlich für ca. 20 Personen zu kochen. Wann macht man das zu Hause? Aber mit vereinten Kräften schafften wir das. Der dazugehörige Küchendienst war dann oft „umstritten“. Einige verstanden es sehr geschickt, sich vom Dienst zu drücken. Es wurde dann auch mal sehr laut, um die Drückeberger auf ihre Pflichten aufmerksam zu machen. Für uns Frauen war es körperlich anstrengend, die schweren Kessel und die großen Töpfe zu heben. Das war auch für mich ein Problem.

Die Ergotherapie, einer der beliebtesten Termine, hat mir immer sehr viel Spaß gemacht. Ich hätte nie gedacht, dass ich mit dem Ton so geschickt umgehen kann, natürlich auch mit Anleitung und Hilfe der Ergotherapeutin.

Mittwochs war Visite angesagt und jeder von uns konnte seine persönlichen Probleme ansprechen. Die Sozialtherapie haben wir z. B. am Nachmittag genutzt, um z.B. das Kloster zum Heiligen Kreuz, ein Orgelkonzert, eine Ausstellung usw. zu besuchen. Das kognitive Training war immer locker. Der Therapeut verstand es sehr gut, locker die Aufgaben zu stellen und wir mussten uns sehr anstrengen, um die Aufgaben

zu lösen. Über jeden Erfolg wurde gejubelt. Das erfolgte nur, weil wir auch eine lustige Truppe waren und wir merken, dass uns die Therapien sehr gut bekamen.

Das Autogene Training führe ich zu Hause auch durch. Deshalb hatte ich keine Probleme, mich hineinzufinden.

Der Freitag war der beste Tag für die meisten Patienten – auch für mich! Vormittags hatten wir Bewegungstherapie. Ich habe oft gestaunt, wie der Therapeut aus unseren Bewegungen erkannte, wie wir uns gerade fühlten. Mit viel Humor und locker erklärte er uns die zu lösenden Aufgaben.

Dann kam mein aller-, allerbestes Termin – das Gemeinsame Singen! Dabei stellte sich heraus, dass wir einen guten Gitarristen unter uns hatten und einige Singtalente. Die Ergotherapeutin und ich sangen auch manchmal – sie: Sopran und ich: Alt. Wir erhielten für unsere Duett-Auftritte mehrmals Beifall. Ich habe meine Chorkenntnisse (singe seit 1973 in einem Chor) genutzt. Auch bei unserer Weihnachtsfeier hatten wir unseren Auftritt. Die Weihnachtsfeier, die wir – einige Mitglieder unserer Gruppe – organisierten, war ein Erfolg. Wir bauten viele lustige Spiele ein und die Therapeuten machten mit Begeisterung mit. Es wurde gelacht, getanzt und gesungen.

Nun hieß es, Abschied zu nehmen. Mir ist es schon schwer gefallen, wenn ein Mitglied unserer Gruppe sich verabschiedete. Nun war auch ich dran. Es gab viele Tränen meinerseits. Noch

heute habe ich mit einigen ehemaligen Mitgliedern unserer Gruppe Kontakt.

Als ich dann aus der Tagesklinik entlassen war, hatte ich das Glück, dass der Neurologe/Psychologe eine Weiterbehandlung durch eine Psychologin befürwortete. Ein weiteres Glück für mich war, dass die Psychologin, die mich bis zur Einweisung in die Tagesklinik behandelte, mich weiterhin betreute.

Ich bezeichne das als „Glück“, weil die Situation in Mecklenburg-Vorpommern, psychiatrisch schnell und gut betreut zu werden, nicht einfach ist. In der SHG, die ich leite, gibt es viele Patienten, die monatelang auf einen Termin beim Psychologen/bei der Psychologin warten müssen. Es ist dringend notwendig, die Situation zu ändern! Es wird sich noch mehr verschärfen, wenn die psychisch Kranken nach Fallpauschalen in den Kliniken für Psychiatrie behandelt werden. Dann werden diese Patienten oft in einem schlechteren Zustand die Klinik „verlassen müssen“. Die Ärzte, Therapeuten usw. können nichts dafür, da sie sich an die „Vorgaben“ halten müssen!

So unverantwortlich können die Politiker doch gar nicht sein!?! Hoffen wir, dass sie sich noch auf das Vernünftige/Richtige besinnen! Sonst wird ab 2017 das Unmenschliche endgültig durchgesetzt sein. Die Situation, psychisch Erkrankte zu behandeln, wie es notwendig ist, wird sich verschlechtern.

Besuche in Behindertenwerkstätten

In Deutschland leben viele körper- und geistig behinderte Menschen. Einige leben bei den Eltern und bei Verwandten. Für die Mehrheit gibt es diese Möglichkeit aber nicht. Sie versuchen in eine, für sich angemessene, Einrichtung zu kommen. Dies ist auch nicht immer einfach.

Unsere Selbsthilfegruppe „Aufwind“ hat drei Behinderteneinrichtungen besucht, um sich mal umzuschauen, was für körper- und geistig behinderte Menschen in Grimmen und Stralsund, geschaffen wurde.

Unser erste Weg führte uns am 12. März 2013 in die „PEENE Werkstätten GMBH“ Werkstatt Grimmen. Wir fanden eine große, gepflegte Anlage vor.

Hier werden behinderte und nicht behinderte Jugendliche und Erwachsene in einem integrativen Prozess beschäftigt. Sie können zum Beispiel in der zur GMBH gehörenden Parkettwerkstatt oder in der Bio-Gärtnerei „Querbeet“ Süderholz arbeiten.

In der Parkettwerkstatt beschäftigt sich die Mehrheit der Mitarbeiter mit der Herstellung von Mosaik- und Lamellenparkett. Durch die unterschiedlich anfallenden Arbeitsschritte können behinderte Mitarbeiter, je nach ihren Fähigkeiten, eingesetzt und gefördert werden. Sie arbeiten an Maschinen, bestücken sie, sortieren und verpacken das Parkett.

Eine weitere Gruppe Behinderte wird in der Bio-Gärtnerei „Querbeet“ eingesetzt. Hier werden Bio-Gemüse, Kräuter

und Kartoffeln angebaut. Für empfindliche Pflanzen und für die Nachzucht stehen zahlreiche Gewächshäuser zur Verfügung. Die Produkte werden, bei Bedarf, auch nach Hause geliefert. Weitere Projekte sind die Wäscherei und ein Bistro. Also auch in diesen Bereichen haben Behinderte geeignete Beschäftigungsmöglichkeiten. In der Stadtmitte von Grimmen steht ein behindertengerechtes Wohnheim. Von hier aus sind Ämter, Ärzte, Freizeitangebote, usw. gut zu erreichen.

Besonders stolz sind die Mitarbeiter auf ihre Fördergruppe, so können hier auch schwerstmehrfach behinderte Menschen aufgenommen, optimal versorgt und gefördert werden. Die Frage ob hier auch psychisch kranke Menschen aufgenommen werden, wurde mit „nein“ beantwortet.

Unser zweiter Anlaufpunkt, am 16. Mai 2012, war die SOS-Dorfgemeinschaft Grimmen – Hohenwieden. Hohenwieden ist ein Dorf, was von der Landwirtschaft geprägt ist.

Viele Eltern und Angehörige sind mit den Behinderten überfordert, deshalb werden sie von der SOS-Dorfgemeinschaft in ihrer Verantwortung unterstützt.

In der SOS-Dorfgemeinschaft können bis zu 60 erwachsene Menschen mit Denk- und Lernbeeinträchtigungen leben und arbeiten. Es gibt neun Arbeitsbereiche (Landwirtschaft, eine Gärtnerei, eine Hofkäserei, eine Dorfmeisterei, eine Textil- und Holzwerkstatt, ein

Ladencafe, Küchen- und Hauswirtschaftsbetrieb). Die Behinderten werden in diesen Arbeitsstätten auch nach ihren Fähigkeiten eingesetzt. Wichtig ist beim Arbeiten das Miteinander von behinderten und nicht behinderten Menschen. Die Produkte aus den verschiedenen Arbeitsbereichen werden teilweise zur Eigenversorgung gebraucht oder im hauseigenen Hofladen verkauft. Aber auch für das kulturelle Leben ist gesorgt. Es finden zum Beispiel viele Konzerte, Buchlesungen und Veranstaltungen statt.

Aber auch in dieser Einrichtung gibt es keinen Platz für psychisch erkrankte Menschen.

Unser drittes Ziel, am 26. August, waren die Werkstätten Stralsund.

In den Werkstätten Stralsund werden die körper- und geistig behinderten Menschen ebenfalls in verschiedene Arbeitsbereiche integriert und nach ihren Fähigkeiten eingesetzt. In diesem Objekt werden Spielzeug und Bauteile

für IKEA verpackt, außerdem gibt es eine Holzwerkstatt, eine Keramikwerkstatt, eine Wäscherei und eine Näherei. Weiterhin läuft ein Vertrag mit dem Krankenhaus für die Pflege der Grünanlagen. Was uns überrascht hat: In der Keramikwerkstatt werden psychisch erkrankte Menschen beschäftigt.

In meinem Bericht ist zu erkennen, dass für körper- und geistig behinderte Menschen viel getan wird. Dies ist auch gut so. Aber, wo bleiben die psychisch kranken Menschen? Viele von ihnen wollen noch einer sinnvollen Beschäftigung nachgehen, aber sie bekommen keinen Fuß in eine Tür. Meine Meinung: Es kann doch nicht so schwer sein ähnliche Beschäftigungsbereiche für diese Gruppe zu schaffen. Wir hoffen, dass noch eine Lösung gefunden wird. Denn auch diese Menschen möchten noch gebraucht werden und in der Gesellschaft einen festen Platz einnehmen.

MITTEILUNGEN DER SELBSTHILFE

4. Aktionstag der Selbsthilfe zum Welttag der seelischen Gesundheit zum Thema „Familien im Kontext psychischer Erkrankungen“

Am 10. Oktober 2013 veranstalteten wir den 4. Aktionstag der Selbsthilfe Grimmen zum Thema „Familien im Kontext psychischer Erkrankungen“ im Kursanadomizil Grimmen.

Dieser Aktionstag sollte den Teilnehmern die Möglichkeit bieten über die gesetzte Thematik miteinander ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen auszutauschen und Informationen zu den Möglichkeiten der Selbsthilfe und der professionellen Hilfe zu erhalten. Um diese Gespräch zu initiieren, bildeten wir, wie im vergangenen Jahr, Arbeitsgruppen zu bestimmten Themenstellungen. Die Teilnehmer hatten bei ihrer schriftlichen Anmeldung die Möglichkeit, sich für eine bestimmte Arbeitsgruppe zu entscheiden. Es wurden drei Arbeitsgruppen zu folgenden Fragestellungen gebildet: Was erwarten betroffene Menschen von ihren Angehörigen und Helfern? Welche Hilfen benötigen Angehörige? Welche Angebote existieren, um den Bedürfnissen psychisch erkrankter Menschen und ihrer Angehörigen gerecht zu werden?

Die Arbeitsgruppen wurden moderiert und die Ergebnisse dokumentiert. Nach der Präsentation der Ergebnisse der einzelnen Arbeitsgruppen führten wir

eine Podiumsdiskussion durch. Das Podium bestand aus dem Psychiatriereferenten des Sozialministeriums M-V, dem Bürgerbeauftragten M-V, Vertretern von Krankenkassen, dem Psychiatriekoordinator aus dem Bereich VR, betroffenen Menschen und Angehörigen. Nach der Podiumsdiskussion wurden die Ergebnisse diskutiert und durch eigene Erfahrungen ergänzt.

Die Veranstaltung richtete sich an psychisch erkrankte Menschen, deren Angehörige und professionell Tätige aus dem Bereich der psychiatrischen Versorgung. Insgesamt wollten wir eine Teilnehmerzahl von 60 Menschen erreichen, was uns leider nicht gelungen ist. 45 Menschen nahmen an unserem Aktionstag teil.

Es gelang ein anregender Erfahrungsaustausch, der allerdings die vielen Schwachpunkte bzw. nicht existierenden Hilfsmöglichkeiten verdeutlichte und benannte. Doch auch gerade im Bereich der vorhandenen Angebote erfuhr die Teilnehmer viele Neuigkeiten. Da es während der Veranstaltung nicht möglich war, diese Angebote zu dokumentieren, baten wir alle professionell Tätigen uns diese Angebote schriftlich per E-Mail zuzusenden, da

mit wir diese in unserer Tagungsdokumentation aufnehmen können. Zwar hatten wir viele Zusagen, doch leider bis heute keine Nachricht. Somit halten wir unsere Tagungsdokumentation noch zurück und werden diese zum Jahresende in unserer Vereinszeitschrift veröffentlichen.

Der Aktionstag verdeutlichte auch, dass eine wirkliche Vernetzung der Hilfen bzw. professioneller Angebote nicht bzw. nur unzureichend existiert. Es entstand der Eindruck, dass professionelle Leistungserbringer einem starken Konkurrenzdenken unterliegen.

Die Zielsetzungen laut unseres Projektantrages lassen sich weitestgehend als erreicht bezeichnen, wenn auch einige Zielsetzungen nicht bzw. sehr schwer zu evaluieren sind. Zwar wollten wir mit diesem Aktionstag auch zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen beitragen, ob uns dies jedoch gelungen ist, bleibt fraglich.

Die ausschließlich positive Resonanz auf unsere Veranstaltung hat unsere Zielsetzung jedoch bestätigt und uns ermutigt, einen 5. Aktionstag der Selbsthilfe 2014 durchzuführen.





Weg mit PEPP!

In unserer letzten Ausgabe berichteten wir über so genannte Fallpauschalen in der Psychiatrie und was diese für die betroffenen Menschen bedeuten könnten. Die geplante Einführung des Pauschalierenden Entgeltsystems Psychiatrie und Psychosomatik (PEPP) bedeutet unserer Meinung nach einen Rückschritt der psychiatrischen Versorgung zu Lasten psychisch erkrankter Menschen.

Wenn Sie auch dieser Meinung sind, können Sie auf der Seite www.weg-mit-pepp.de durch Ihre Unterschrift gegen die geplante Einführung protestieren. Machen Sie mit!

VEREINSMITTEILUNGEN

5. Aktionstag der Selbsthilfe 2014

Unser nächster Aktionstag widmet sich dem Thema „Selbsthilfearbeit psychisch erkrankter Menschen. Möglichkeiten, Schwierigkeiten und Grenzen.“ und wird am 24. September 2014 im Kursana-Domizil in Grimmen stattfinden. Die Veranstaltung richtet sich an psychisch erkrankte Menschen, deren Angehörige, Partner und Freunde und an professionell Tätige aus den vielfältigen Gebieten der Psychiatrie/Sozialpsychiatrie. Wie bereits schon fast Tradition, werden wir wieder Arbeitsgruppen zu bestimmten Fragestellungen bilden und eine Podiumsdiskussion organisieren.

Vorstandssitzung

Die erste Vorstandssitzung in noch alter Besetzung wird am 31. Januar 2014 von 10.00 bis 14.00 Uhr in Grimmen stattfinden.

Mitgliederversammlung 2014

Die nächste Mitgliederversammlung wird am 14. Juni 2014 von 10.00 bis 12.00 Uhr in unserer Geschäftsstelle in Rostock stattfinden. Auf dem Programm stehen u.a. die Neuwahl des Vorstandes und der Rechnungsprüfer

Gesprächsforum seelische Gesundheit

Unsere Veranstaltungsreihe wird 2014 zweimal jährlich in Neubrandenburg und Grimmen stattfinden. In Neubrandenburg am 7. Mai und am 22. Oktober jeweils von 17.00 bis 19.00 Uhr in der Selbsthilfekontaktstelle Neubrandenburg, in Grimmen am 8. Mai und am 23. Oktober jeweils von 17.00 bis 19.00 Uhr an der Kreisvolkshochschule Vorpommern-Rügen. Die Gesprächsthemen standen zu Redaktionsschluss noch nicht fest, werden Anfang nächsten Jahres auf unserer Homepage veröffentlicht. Die Gesprächsforen richten sich an psychisch erkrankte Menschen, deren Angehörige und Freunde und an professionell Tätige aus der psychiatrischen/sozialpsychiatrischen Versorgung. Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos, doch keineswegs umsonst.

ZUSCHRIFTEN

E-Mails in Kürze

Frau R. aus Greifswald schrieb:

Die äußerst negativen Ausführungen über das EX-IN-Projekt finde ich mehr als anmaßend. Endlich mal eine Aktion, in der psychisch Kranke einbezogen werden und eine Chance auf dem Arbeitsmarkt erhalten. Und Sie machen das einfach so nieder ...

Unsere Antwort:

Unsere Ausführungen sollten nicht negativ sein, sondern unsere Meinung und Sichtweise verdeutlichen. Wer glaubt, dass diese Maßnahme eine Chance auf ein sozialversicherungsspflichtiges Beschäftigungsverhältnis bedeutet, denkt auch, dass ein Zitronenfalter Zitronen faltet. Es geht nicht darum, irgendwelche Zuverdienste an der Bemessungsgrenze von Hartz 4 oder Rente vorbeizubringen, sondern den psychisch kranken Menschen zu ermöglichen, ihren eigenen Beitrag zur gesetzlichen Versicherung zu leisten und somit unser aller Kosten zu senken.

Herr B. aus Rostock schrieb:

Der Bericht über die Fachtagung „Der Arbeitsplatz im Kontext psychischer Erkrankungen“ hat mich zum Schmunzeln gebracht. Die kritische Betrachtung solcher Veranstaltungen bzw. vorgestellter Projekte aus der Sichtweise betroffener Menschen liest man leider viel zu selten. Ich kann mir jedoch vorstellen, dass die Reaktionen darauf heftig waren ...

Unsere Antwort:

Die Mitglieder unseres Landesverbandes äußerten sich durchweg positiv zu dem Artikel, bewunderten gleichzeitig den Mut der Autorin. Der Veranstalter der Fachtagung reagierte auch prompt und sendete uns im April dieses Jahres eine Rechnung für die Teilnahmegebühr der Autorin in Höhe von 60,00 €, rückdatiert auf den 31. 12. 2012. Dass jedoch zwei unserer Vorstandsmitglieder an der Fachtagung teilnahmen, entging dem Veranstalter. Also sparten wir bisschen Geld und werden zukünftig gründlich überlegen, an welchen Veranstaltungen wir teilnehmen werden ...

Frau W. aus Stralsund schrieb:

Der 4. Aktionstag hat mir sehr gefallen! Tolles Programm, spannende Diskussionen und ein Veranstaltungsort, an dem ich mich sehr wohlfühlt habe! Ich freue mich schon auf die nächste Veranstaltung.

Unsere Antwort:

Vielen Dank für die Blumen! Auch im nächsten Jahr werden wir uns bemühen, die Erwartungen der Teilnehmer zu erfüllen. Wir freuen uns, wenn Sie wieder teilnehmen werden!

TERMINE

JANUAR

Freitag, 31. 01. 2014

Vorstandssitzung

von 10.00 bis 14.00 Uhr
Grimmen

MAI

Mittwoch, 07. 05. 2014

Gesprächsforum

seelische Gesundheit

von 17.00 bis 19.00 Uhr
DRK Selbsthilfekontaktstelle NB,
Robert-Blum-Straße 32,
17033 Neubrandenburg

Donnerstag, 08. 05. 2014

Gesprächsforum

seelische Gesundheit

von 17.00 bis 19.00 Uhr
Kreisvolkshochschule Nordvorpommern,
Tribseeser Chaussee 4, 18507 Grimmen

JUNI

Samstag, 14. 06. 2014

Mitgliederversammlung

von 10.00 bis 12.00 Uhr
Henrik-Ibsen-Straße 20, 18106 Rostock

Samstag, 14. 06. 2014

Vorstandssitzung

von 12.30 bis 14.00 Uhr
Henrik-Ibsen-Straße 20, 18106 Rostock

SEPTEMBER

Mittwoch, 24. 09. 2014

Aktionstag der Selbsthilfe

Thema: „Selbsthilfearbeit psychisch erkrankter Menschen. Möglichkeiten, Schwierigkeiten und Grenzen“
von 10.00 bis 17.00 Uhr
Grimmen

OKTOBER

Mittwoch, 22. 10. 2014

Gesprächsforum

seelische Gesundheit

von 17.00 bis 19.00 Uhr
DRK Selbsthilfekontaktstelle NB,
Robert-Blum-Straße 32,
17033 Neubrandenburg

Donnerstag, 23. 10. 2014

Gesprächsforum

seelische Gesundheit

von 17.00 bis 19.00 Uhr
Kreisvolkshochschule Nordvorpommern,
Tribseeser Chaussee 4, 18507 Grimmen

Bitte beachten Sie:

Zum Redaktionsschluss konnten noch nicht alle Termine feststehen. Eine aktuelle Auflistung unserer Veranstaltungen bzw. Termine finden Sie auf unserer Homepage www.lsgmv.de

SELBSTHILFEGRUPPEN DES LSG M-V

„SHG Psychose“ (geschlossen)

Menschen mit psychischen Problemen aus den Bereichen Psychosen aus dem schizophrenen Formenkreis.

Kontakt: E-Mail: info@lsgmv.de

„SHG Seelische Gratwanderung“

Selbsthilfegruppe zum Themenkreis psychotische Erkrankungen.

Kontakt:

DRK Selbsthilfekontaktstelle

Robert-Blum-Str. 32

17033 Neubrandenburg

Telefon: 0395-560 39 55

„SHG Menschen mit psychischen Erkrankungen“

Menschen mit psychischen Problemen und Psychiatrie-Erfahrene.

Kontakt:

Begegnungsstätte,

Lübsche Straße 44, 23966 Wismar

Telefon: 03841-22 56 70

E-Mail: wismar@lsgmv.de

„SHG Burnout“

Menschen mit Problemen aus dem Bereich Burnout

Telefon: 0177-8610366

E-Mail: burnout@lsgmv.de

„SHG Aufwind“

Menschen mit seelischen Leiden

Treffpunkt: Grimmen

E-Mail: info@lsgmv.de

„SHG Kreative Gestaltung“

Menschen mit psychischen Erkrankungen und Problemen und Spaß am Malen und Zeichnen.

Kontakt: Catrin Draheim

Tel.: 0179-1009224

E-Mail: catrin.draheim@freenet.de

„SHG Montagsgruppe“ (geschlossen)

Treffpunkt: Rostock

E-Mail: info@lsgmv.de

„SHG Lila“

Selbsthilfegruppe Depressionen

Treffpunkt: Ribnitz-Damgarten

Telefon: 0152-52189480

Kontakt: E-Mail: info@lsgmv.de

„SHG Waren“

Menschen mit psychischen Erkrankungen / Störungen

Treffpunkt: Waren

Kontakt: E-Mail: info@lsgmv.de

„SHG Tacheles“

Selbsthilfegruppe für Öffentlichkeitsarbeit der Selbsthilfe

Treffpunkt: Rostock

Kontakt:

Telefon: 0381-7680214

E-Mail: info@lsgmv.de

IMPRESSUM

Herausgeber: Landesverband Seelische Gesundheit M-V e.V.

Henrik-Ibsen-Str. 20, 18106 Rostock, Tel.: (0381) 768 02 14

E-Mail: info@lsgmv.de, Internet: www.lsgmv.de

Redaktion: Christine Bondör

Layout: Dipl.-Designer (FH) Robert Puls, www.puls-grafikdesign.de

Erscheinungsweise: einmal jährlich zum Jahresende

Redaktionsschluss: 1. November

Auflage: 150 Stück

Gefördert durch die OSPA-Stiftung Rostock

Die Redaktion freut sich über die Einsendung von Manuskripten und Leserbriefen, behält sich jedoch Kürzungen vor. Alle Rechte vorbehalten. Insbesondere dürfen Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet und Vervielfältigung auf Datenträger nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung der Redaktion erfolgen. Die mit Namen oder Initialen gekennzeichneten Beiträge geben die Auffassungen der Autoren wieder, nicht unbedingt die Meinung der Redaktion. Der Herausgeber haftet nicht für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bilder oder Fotos. Alle Angaben erfolgen nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr.

