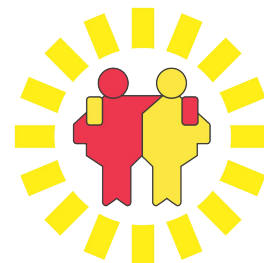


# SelbstHilfe bei Depressionen e.V.

Reden und Handeln



## Tätigkeitsbericht 2015 des Selbsthilfe bei Depressionen e.V.

### Mitgliederentwicklung

Die Entwicklung des vergangenen Jahres innerhalb unseres Vereins bestätigt einerseits den allgemeinen Trend der weiteren Zunahme psychischer Erkrankungen und des steigenden Unterstützungsbedarfs, andererseits zeigt sie auch, dass Betroffene im Großraum Aschaffenburg neben Medikation und Psychotherapie verstärkt die Selbsthilfe als dritte wesentliche Säule für ihre seelische Gesundheit erkannt haben.

Unser Mitgliederbestand hat sich im Jahresvergleich um 17 auf 187 erhöht, in 14 Selbsthilfegruppen (eine davon in Obernburg am Main) schaffen wir für unsere Mitglieder die Basis für einen kommunikativen und konstruktiven Austausch.

Stand	Neue Mitglieder	Austritte	Mitgliederzahl
31.12.2014	46	26	170
31.12.2015	31	14	187

### Entwicklung der Selbsthilfegruppen

Die hohe Nachfrage nach der Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe zeigt sich unverändert an den über hundert Gesprächen, die unsere Sozialpädagogin im Verlauf des letzten Jahres geführt hat. Ein Großteil dieser Menschen nimmt inzwischen an den laufenden Gruppengesprächen teil.

Um die Qualität der Gruppentreffen aufrecht zu erhalten, besteht ein regelmäßiger Austausch zwischen den Gruppenteilnehmern und unserer Sozialpädagogin. Sie gibt den Teilnehmern der Selbsthilfegruppen in den regelmäßig stattfindenden Gesamtgruppentreffen zudem die Gelegenheit zum Gruppen übergreifenden Gespräch. Die Gruppenteilnehmer hatten im vergangenen Jahr auch die Möglichkeit, relevante Themen mit einer externen Psychologin zu besprechen.



### Selbsthilfe bei Depressionen e.V. ist ein gemeinnütziger Verein

**Kontaktstelle**  
Wermbachstraße 13  
(Eingang Freihofsgasse)  
63739 Aschaffenburg

**28. März 2016**

**Ansprechpartner**  
Der Vorstand

**Kontaktadressen**  
Telefon: 06021 236 26  
E-Mail: [info@redenundhandeln.de](mailto:info@redenundhandeln.de)  
Internet: [www.redenundhandeln.de](http://www.redenundhandeln.de)

**Bankverbindungen**  
Sparkasse Aschaffenburg-Alzenau  
IBAN: DE34 7955 0000 0000 0023 11  
SWIFT-BIC: BYLADEM1ASA

Volksbank Aschaffenburg eG  
IBAN: DE28 7959 0000 0000 0738 90  
SWIFT-BIC: GENODEF1AB2

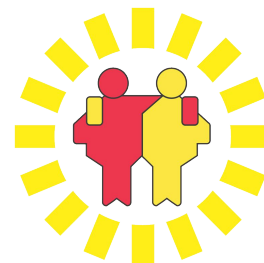
**Bürozeiten**  
Mo-Do: 9:30-12:30 Uhr  
Mi: 13:30-16:00 Uhr

**Allgemeines**  
Eingetragen im Vereinsregister  
Amtsgericht Aschaffenburg

Gemeinnützige Anerkennung durch  
Bescheid Finanzamt  
Aschaffenburg vom 20.03.1984

Steuernummer: 204/110/7014

Fortsetzung siehe nächste Seite



### **Allgemeine Aktivitäten für Mitglieder**

Wir haben unseren Mitgliedern im abgelaufenen Jahr auch die Teilnahme an verschiedenen externen Seminaren ermöglicht. Im Rahmen eines gemeinsamen Ausflugs nach Würzburg besuchten wir die Residenz und hatten zudem bei zahlreichen organisierten Wanderungen und der traditionellen Weihnachtsfeier Gelegenheit, unsere soziale Kompetenz zu stärken. Darüber hinaus boten wir Workshops für Entspannung, heilsames Singen, Ausdrucksmalen und Theaterspielen an, regelmäßig fanden auch Spiele-, Kreativ- und Frühstückstreffs statt.

### **Verstärkte Öffentlichkeitsarbeit**

Auch im abgelaufenen Jahr stand die Öffentlichkeitsarbeit in unserem besonderen Fokus. Wir haben dazu Infostände beim Markttag Ehrenamt (26.9.), am Europäischen Depressionstag (1.10.) und der Großostheimer Gesundheitsmesse (18.10.) eingerichtet.

Darüber hinaus nutzten wir die Gelegenheit, die Arbeit unseres Vereins im Rahmen von Veranstaltungen der Volkshochschule Aschaffenburg und des Rotary Clubs Schöllkrippen-Kahlgrund vorzustellen.

### **Zusammenarbeit mit anderen Organisationen**

Der Austausch mit anderen psychosozialen Organisationen ist uns unverändert wichtig. Wir halten dazu engen Kontakt mit den leitenden Mitarbeitern des Bezirkskrankenhauses Lohr am Main und dem sozialpsychiatrischen Dienst der Arbeiterwohlfahrt am Rosensee in Aschaffenburg. Ständig vertreten sind wir in den Gremien PSAG (Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft am bayrischen Untermain), paritätischer Wohlfahrtsverband und dem Arbeitskreis Selbsthilfe und Gesundheit in Miltenberg.

### **Danksagung**

Unsere Hilfsangebote können wir nur mit Hilfe von Spendern und Sponsoren aufrecht erhalten. Neben diesen danken wir ganz besonders den ehrenamtlichen Mitarbeitern, die durch Ihren großen Einsatz unseren Selbsthilfeverein mit Leben erfüllen.

Der Vorstand  
des Selbsthilfe bei Depressionen e.V.