

## Tätigkeitsbericht 2016 des Selbsthilfe bei Depressionen e.V.

### Mitgliederentwicklung

Die Entwicklung der letzten Jahre innerhalb unseres Vereins zeigt, dass Menschen mit psychischer Erkrankung im Großraum Aschaffenburg neben Medikation und Psychotherapie immer mehr die Möglichkeit der Selbsthilfe in den von uns organisierten Gesprächsgruppen in Anspruch nehmen.

Unser Mitgliederbestand hat sich im Jahresvergleich um 34 auf 220 erhöht, in 15 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
31.12.2016	69	35	220

### 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. Zweimal im Jahr haben wir den Gruppenteilnehmern die Möglichkeit gegeben, relevante Themen mit einer externen Psychologin zu besprechen.

### Allgemeine Aktivitäten für Mitglieder

Wir haben unseren Mitgliedern im abgelaufenen Jahr auch die Teilnahme an verschiedenen externen Seminaren ermöglicht. In unseren Vereinsräumen boten wir vier Vorträge/Workshops zu den Themen „Hormone und ihre Auswirkungen“, „Psychiatrische Notfälle in der Selbsthilfegruppe“, „Worte wirken“ und „Nonplusultra Selbsthilfegruppe“ an.



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

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

**23. März 2017**

**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)

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

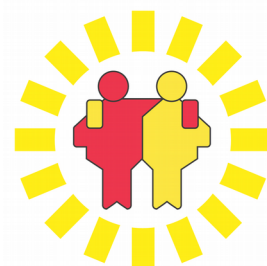
**Bürozeiten**  
Mo-Do: 9:30-12:30 Uhr  
Mi: 13:30-16:00 Uhr

**Allgemeines**  
Eingetragen im Vereinsregister  
Amtsgericht Aschaffenburg

Gemeinnützige Anerkennung durch  
Bescheid Finanzamt  
Aschaffenburg vom 20.03.1984

Steuernummer: 204/110/7014

# SelbstHilfe bei Depressionen e.V. Reden und Handeln



Im Rahmen zweier gemeinsamer Ausflüge nach Mainz und Bad Windsheim, organisierter Wanderungen, einem Sommerfest und einer Weihnachtsfeier hatten wir Gelegenheit, unsere soziale Kompetenz zu stärken. Darüber hinaus boten wir Workshops für Entspannung, Ausdrucksmalen, Tanzen 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 im Rahmen der Aschaffener Selbsthilfetage (8./9.4.) und des Tags der offenen Tür im Rathaus Aschaffenburg (9.10.), am Europäischen Depressionstag (1.10.) und dem Betreuungstag in Mainaschaff (15.10.) eingerichtet. Vom 27.-30.9. boten wir zudem Beratungsgespräche zum Thema „Depressionen und Selbsthilfegruppen“ in der Stadtbibliothek Aschaffenburg an.

## **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. Wir nehmen regelmäßig teil an den Versammlungen der PSAG (Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft am bayrischen Untermain) und den von den Behindertenbeauftragten organisierten Treffen der Selbsthilfegruppen von Stadt und Landkreis Aschaffenburg.

## **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.