

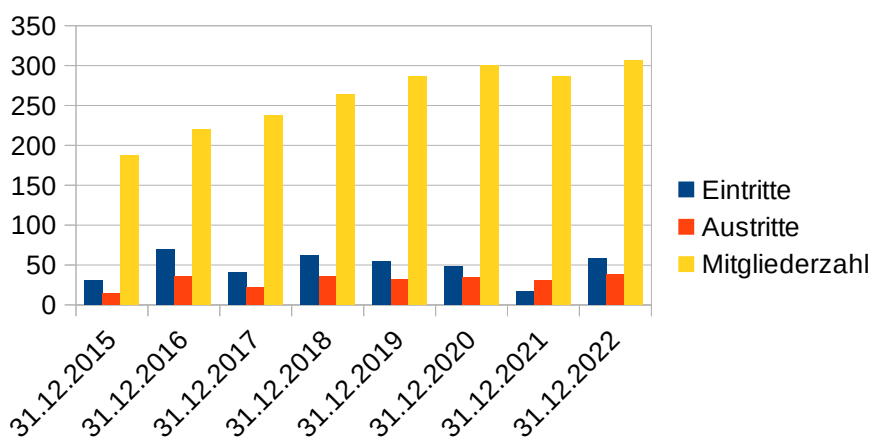
Tätigkeitsbericht 2022 des Selbsthilfe bei Depressionen e.V.

Nach Aufhebung der gesellschaftlichen Einschränkungen aufgrund der Corona-Pandemie hat die Nachfrage nach Selbsthilfegruppen wieder sehr stark zugenommen und das Vor-Corona-Niveau sogar übertroffen.

Mitgliederentwicklung

Die Anzahl der Mitglieder unseres Vereins hat sich auf 307 erhöht, in 20 Selbsthilfegruppen (eine davon in Obernburg am Main) schaffen wir für unsere Mitglieder die Basis für einen kommunikativen und konstruktiven Austausch.

Stand	Eintritte	Austritte	Mitgliederzahl
31.12.2015	31	14	187
31.12.2016	69	35	220
31.12.2017	40	22	238
31.12.2018	62	36	264
31.12.2019	54	32	286
31.12.2020	48	34	300
31.12.2021	17	30	287
31.12.2022	58	38	307



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

Kontaktstelle
Werbachstraße 13
(Eingang Freihofsgasse)
63739 Aschaffenburg

18. März 2023

Ansprechpartner
Margit Weiner
m.weiner@redenundhandeln.de

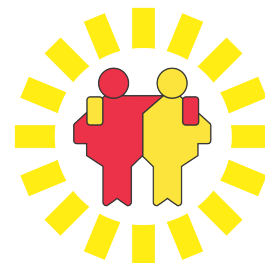
Kontaktadressen
Telefon: 06021 236 26
E-Mail: info@redenundhandeln.de
Internet: www.redenundhandeln.de

Bürozeiten
Mo-Do: 9:30-12:30 Uhr

Allgemeines
Eingetragen im Vereinsregister
Amtsgericht Aschaffenburg

Gemeinnützige Anerkennung durch
Bescheid Finanzamt
Aschaffenburg vom 20.03.1984

Steuernummer: 204/110/7014



Entwicklung der Selbsthilfegruppen

Die Nachfragen nach der Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe haben sich seit dem Vorjahr verdoppelt (190, Vj. 95). Bei 20 Selbsthilfegruppen die sich der Bestand an Vereinsmitgliedern um 20 erhöht.

Um die Qualität der Gruppentreffen zu erhalten und zu verbessern, besteht ein regelmäßiger Austausch zwischen dem Vereinsvorstand und den Gruppenmitgliedern. Die Selbsthilfegruppen haben zweimal im Jahr die Möglichkeit, relevante Themen mit einer externen Psychotherapeutin zu besprechen.

Allgemeine Aktivitäten für Mitglieder

Wir haben unseren Mitgliedern im abgelaufenen Jahr auch die Teilnahme an externen Seminaren ermöglicht und veranstalteten selbst verschiedene Workshops („mit Freude raus aus den Denkblockaden“, „tiefenentspannter Jahresausklang“, „Neues Jahr, neues Glück: Austausch und Tiefenentspannung“, „Humor und Leichtigkeit“, „Körperweisheiten“, „kreatives Tagebuchschieben“, „Ausdrucksmalen“, „therapeutisches Tanzen“).

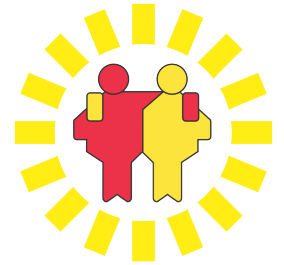
Im Rahmen von 4 gemeinsamen Ausflügen (Burg Eltz, Veitshöchheim, Andernach, Bad Homburg) boten wir den Teilnehmenden die Möglichkeit, ihre soziale Kompetenz zu stärken. Daneben wurde den Gruppenteilnehmern die Teilnahme an Lama-Touren ermöglicht.

Öffentlichkeitsarbeit

Corona-bedingt konnten die Aschaffener Selbsthilfetage wie schon im Jahr davor nicht stattfinden. Aus den gleichen Gründen haben wir von der Einrichtung eigener Infostände abgesehen.

Zusammenarbeit mit anderen Organisationen

Der Austausch mit anderen psychosozialen Organisationen ist uns unverändert wichtig. Wir halten dazu engen Kontakt mit den leitenden Mitarbeitenden des sozialpsychiatrischen Dienstes der Arbeiterwohlfahrt am Rosensee in Aschaffenburg. Wir nehmen regelmäßig teil an den Versammlungen der PSAG (Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft am bayrischen Untermain) und Selbsthilfetreffen am Bezirkskrankenhaus Lohr. Mit der neu gegründeten Selbsthilfekontaktstelle von Stadt und Landkreis Aschaffenburg besteht eine Kooperation.



Schirmherren

Der Verein hat 2022 prominente Unterstützung gewonnen. Andrea Lindholz, seit 2013 Mitglied des Deutschen Bundestags, und Prof. Dr. Dominikus Bönsch, seit 2011 Chefarzt und Ärztlicher Leiter des Bezirkskrankenhauses Lohr, haben die Schirmherrschaft für den Selbsthilfeverein übernommen.

Danksagung

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

Der Vorstand
des Selbsthilfe bei Depressionen e.V.