



Tätigkeitsbericht 2024 des Selbsthilfe bei Depressionen e.V.

Der erneut gestiegene Mitgliederbestand zeigt deutlich, dass die Nachfrage nach Plätzen in Selbsthilfegruppen unverändert hoch ist. Am 27. April 2024 feierten wir unser 40-jähriges Bestehen mit Betroffenen, Politikern, Kooperationspartnern und Interessierten im Martinushaus Aschaffenburg. Wir blicken mit Stolz auf eine 40-jährige Selbsthilfearbeit zurück, durch die eine Vielzahl von Menschen Trost und Stabilisierung in ihrer Gruppe finden konnten.



Mitgliederentwicklung

Die Anzahl der Mitglieder unseres Vereins hat sich auf 334 erhöht, in 21 Selbsthilfegruppen (davon 2 in Obernburg am Main) schaffen wir für unsere Mitglieder die Basis für einen vertrauensvollen und konstruktiven Austausch.

Stand	Eintritte	Austritte	Mitgliederzahl
31.12.2012			134
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
31.12.2023	58	38	327
31.12.2024	37	30	334

Entwicklung der Selbsthilfegruppen

Die Nachfragen nach der Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe sind 2024 leicht zurückgegangen (224, Vj. 234). Die Anzahl an Selbsthilfegruppen ist auf 21 angestiegen.

Um die Qualität der Gruppentreffen zu erhalten bzw. 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. Zweimal im Jahr treffen sich die Gruppenansprechpartner zum gemeinsamen Gespräch.

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

Kontaktstelle
Werbachstraße 13
(Eingang Freihofsgasse)
63739 Aschaffenburg

30. Januar 2025

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



Allgemeine Aktivitäten für Mitglieder

Wir haben unseren Mitgliedern im abgelaufenen Jahr die Teilnahme an externen Seminaren ermöglicht. Wir veranstalteten verschiedene Workshops („sanfte Yogasession“, „Jenseits aller Pläne“, „Zwänge und Zwangsgedanken“, „Ich bin ich und Du bist Du“, „Ausdrucksmalen“, „Zentangle“).

Im Rahmen von 5 gemeinsamen Ausflügen (Grube Messel, Luisenpark Mannheim, Kloster Eberbach, Struwwelpetermuseum Frankfurt und Christkindlesmarkt Nürnberg) boten wir den Teilnehmern die Möglichkeit, ihre soziale Kompetenz zu stärken. Hans Sommer lud die Vereinsmitglieder zu einer Wanderung mit historischen Bezügen zur Kippenburg Aschaffenburg ein.

Wir bieten unseren Gruppenteilnehmern regelmäßig Frühstücks- und Spieletreffs und ein großes Sommerfest an.

Öffentlichkeitsarbeit

2024 nahmen wir Infostände im Rahmen der Aschaffener Selbsthilfetage, anlässlich des Musicals „Spring Awakening“ und der „Mut - Tour“ wahr. Im Café Metropol informierten wir beim Infofrühstück über unsere Selbsthilfegruppen.

Zusammenarbeit mit anderen Organisationen

Der Austausch mit anderen psychosozialen Organisationen ist uns unverändert wichtig. Wir halten dazu engen Kontakt mit den leitenden Mitarbeitern des sozialpsychiatrischen Dienstes der Arbeiterwohlfahrt am Rosensee in Aschaffenburg. Wir nehmen regelmäßig teil an den Versammlungen der PSAG 1 (Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft am bayrischen Untermain) und Selbsthilfetreffen am Bezirkskrankenhaus Lohr. Mit der Selbsthilfekontaktstelle von Stadt und Landkreis Aschaffenburg besteht eine Kooperation. Zweimal jährlich finden Vernetzungstreffen der Selbsthilfegruppen für psychische Erkrankungen im Bereich der PSAG 1 in unseren Räumen statt. Seit 2024 sind wir Mitglied des Netzwerkes „Untermain psychisch stark“.

Danksagung

Unsere Hilfsangebote können wir nur mit Hilfe von Mitgliedsbeiträgen, Spenden und der Unterstützung der Krankenkassen aufrecht erhalten. Wir danken ganz besonders den ehrenamtlichen Mitarbeitern und jedem Gruppenmitglied, das durch sein Mitwirken die Gruppe stabilisiert und lebendig hält.

Der Vorstand
des Selbsthilfe bei Depressionen e.V.