



Tätigkeitsbericht 2025 des Selbsthilfe bei Depressionen e.V.

Der leicht gestiegene Mitgliederbestand zeigt deutlich, dass die Nachfrage nach Plätzen in Selbsthilfegruppen unverändert hoch ist.

Mitgliederentwicklung

Die Anzahl der Mitglieder unseres Vereins hat sich auf 336 erhöht, in 21 Selbsthilfegruppen (davon 2 in Obernburg am Main und eine Online-Gruppe) schaffen wir für unsere Mitglieder die Basis für einen vertrauensvollen und konstruktiven Austausch.



Selbsthilfe bei Depressionen e.V. ist ein gemeinnütziger Verein

Kontaktstelle

Werbachstraße 13
(Eingang Freihofsgasse)
63739 Aschaffenburg

15. März 2026

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

Stand	Eintritte	Austritte	Mitgliederzahl
31.12.2012			134
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
31.12.2025	37	35	336

Entwicklung der Selbsthilfegruppen

Die Nachfragen nach der Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe sind 2025 leicht zurückgegangen (220, Vj. 224).

Um die Qualität der Gruppentreffen zu erhalten bzw. zu verbessern, besteht ein regelmäßiger Austausch zwischen dem Vereinsvorstand und den Gruppenmitgliedern. Die Selbsthilfegruppen hatten die Möglichkeit, relevante Themen mit einer externen Psychotherapeutin zu besprechen. Weiterhin trafen sich die Gruppenansprechpartner zum gemeinsamen Gespräch und tauschten sich über relevante Themen ihrer Gruppen aus.

Allgemeine Aktivitäten für Mitglieder

Wir haben unseren Mitgliedern im abgelaufenen Jahr die Teilnahme an externen Seminaren ermöglicht. Wir veranstalteten verschiedene Workshops („Frühlingslust - Was möchte in mir erblühen?“, „Jahresrückblick“, Yoga, Autonomietraining, „Entspannung für alle“, Ausdrucksmalen und kreatives Schreiben).



Im Rahmen von 4 gemeinsamen Ausflügen (Technik-Museum Speyer, Gutenberg-Museum Mainz, Opel-Zoo, „Museum für Franken“ in Würzburg) boten wir den Teilnehmern die Möglichkeit, ihre soziale Kompetenz zu stärken.

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

Öffentlichkeitsarbeit

2025 nahmen wir mit Infoständen an den Aschaffener Selbsthilfetagen sowie am Aktionstag „Psychische Gesundheit in der Familie“ im Jugendkulturzentrum Aschaffenburg teil.

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. Seit 2024 sind wir Mitglied des Netzwerkes „Untermain psychisch stark“.

Mit der Selbsthilfekontaktstelle von Stadt und Landkreis Aschaffenburg besteht eine Kooperation.

Zwei mal jährlich finden Vernetzungstreffen der Selbsthilfegruppen für psychische Erkrankungen im Bereich der PSAG 1 in unseren Räumen statt.

Unsere Vorsitzende Margit Weiner hat am Seminar „Transition psychisch kranker Jugendlicher ins Erwachsenenalter“ und am Seminar „Selbsthilfefreundlichkeit im Gesundheitswesen“ teilgenommen. Unser Vorstandsmitglied Manfred Fuchs hielt den Vortrag „Chancen und Grenzen von Selbsthilfe“ im Rahmen der Veranstaltung „50 Jahre Psychiatrie-Enquête“ am BKH Lohr.

Danksagung

Unsere Hilfsangebote können wir nur mit Hilfe von Mitgliedsbeiträgen, Spenden und der Unterstützung der Krankenkassen und des Bezirks Unterfranken 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.