

## Newsletter November 2012

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

längere Zeit hat es keinen bipolaris-Newsletter gegeben. So hat sich einiges an Informationen und Terminen angesammelt.

An erster Stelle stehen dabei unser nächster Informationstag „Tätig sein mit Bipolaren Störungen“ am 24. November sowie die Nachschau auf unsere Mitgliederversammlung mit Neuwahl des Vorstandes.

Besonders ans Herz legen möchte ich Ihnen die Teilnahme an der Studie zur Patientenorientierung der TU Chemnitz. Hier soll erfragt werden, was für die von Bipolaren Störungen betroffenen Menschen und ihren Angehörigen die wirklich wichtigen Ziele in der Behandlung sind.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Uwe Wegener  
Vorsitzender bipolaris e. V.

### Topthemen

#### 8. bipolaris-Infotag „Tätig sein mit Bipolaren Störungen“ am 24. November in Berlin

Bipolare Störungen reißen die Betroffenen häufig aus Ausbildung, Studium oder Beruf. Deswegen setzen wir unsere erfolgreiche Serie von Informationstagen mit dem Thema „Tätig sein mit Bipolaren Störungen“ fort.

Wie kann eine Rückkehr in die Erwerbstätigkeit gelingen? Worauf muss man als Betroffener besonders achten? Welche Hilfs- und Unterstützungsangebote gibt es? Und welche Möglichkeiten gibt es auch außerhalb der traditionellen Erwerbsarbeit, um ein sinnerfülltes Leben trotz und mit der Erkrankung zu führen?

Dies werden die Themen unseres 8. bipolaris-Infotag am 24. November sein, zu dem Sie herzlich eingeladen sind.

Weitere Informationen: [www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/bipolaris-infotage/8-taetig-sein/](http://www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/bipolaris-infotage/8-taetig-sein/)

#### Neuer Vorstand auf der Mitgliederversammlung gewählt

Am 7. September 2012 fand unsere Mitgliederversammlung statt. Nach einem Rückblick auf das vergangene Jahr erfolgte die Entlastung des alten Vorstandes. Als neuer Vorstand wurden gewählt: Uwe Wegener (Vorsitzender), Doris Kawgan-Kagan (stellvertretende Vorsitzende), Annett Oehlschläger (Finanzverwalterin), Ilse ( aus der Selbsthilfegruppe Balance), Heide (aus der Angehörigenselbsthilfegruppe im Nachbarschaftsheim Schöneber) und Gerrit (aus der Selbsthilfegruppe Eisenhüttenstadt).

Das Protokoll der Mitgliederversammlung finden Sie im Mitgliederbereich:

[www.bipolaris.de/der-verein-bipolaris/mitgliederbereich/](http://www.bipolaris.de/der-verein-bipolaris/mitgliederbereich/)

## Was wollen Menschen mit bipolaren Störungen, ihre Angehörigen und professionellen Helfer?

Diese viel zu selten gestellte Frage soll mit einer Studie der TU Chemnitz in Zusammenarbeit mit der DGBS und bipolaris als Kooperationspartner beantwortet werden.

Dazu gehört eine Befragung. Wir bitten Sie ganz herzlich, sich die 30 Minuten Zeit zu nehmen und die Fragen zu beantworten:

<https://www.tu-chemnitz.de/hsw/psychologie/professuren/klinpsy/BEPE/index.php>

## Neue Selbsthilfegruppen

Es tut sich was! Zurzeit sind folgende Selbsthilfegruppen zur Bipolaren Störung in Gründung:

Berlin-Neukölln: [Selbsthilfegruppe Polarbären](#)

Berlin-Spandau: [Selbsthilfegruppe Berlin-Spandau](#)

Berlin-Charlottenburg-Wilmersdorf: [Selbsthilfegruppe Kreuz & Quer](#)

Eine Übersicht über die Selbsthilfegruppen zur Bipolaren Störung, egal ob für Menschen mit bipolaren Störungen und / oder für ihre Angehörigen, finden Sie unter

[www.bipolaris.de/selbsthilfegruppen/](http://www.bipolaris.de/selbsthilfegruppen/)

## Der Countdown läuft - 1000 Euro für bipolaris

Bis zum 6. November läuft eine Aktion „1000 Euro für 1000 Vereine“. Um diese 1000 € zu erhalten, brauchen wir ihre Mithilfe! **Der Verein, der die meisten Stimmen für sich sammelt, gewinnt. Dazu benötigen Sie nur Ihr Handy.** Bitte stimmen Sie für bipolaris auf

[https://verein.ing-diba.de/soziales/12157/bipolaris-manie-und-depression-selbsthilfevereinigung-berlin-br?wt\\_mc=verein..12772.h](https://verein.ing-diba.de/soziales/12157/bipolaris-manie-und-depression-selbsthilfevereinigung-berlin-br?wt_mc=verein..12772.h)

## Rückblick

### DGBS Jahrestagung

Wieder gab es einen Besucherrekord auf der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen in Hannover. Sie stand unter dem Motto „Bipolar in einer beschleunigten Welt“. Viele Präsentationen stehen nun auf der Website der DGBS zur Verfügung:

[www.dgbs.de/jahrestagung-2012.html](http://www.dgbs.de/jahrestagung-2012.html)

15 Berliner und Brandenburger wurde es durch bipolaris ermöglicht, für geringes Geld oder sogar kostenlos an der Jahrestagung teilzunehmen.

Auch hatte bipolaris die Ehre, als „ein gelungenes Selbsthilfeprojekt mit großer Wirkung“ durch einen speziellen Workshop gewürdigt zu werden.

Die nächste Jahrestagung findet in Greifswald vom 26. bis 28. September 2013.

### Bipolar in Spandau

Im Rahmen der „Woche der seelischen Gesundheit“ fand ein bipolaris-Informationsabend „Bipolar in Spandau“ statt. Es gab rege Nachfragen zu den sehr persönlichen und interessanten Vorträgen.

Im Anschluss hat sich eine Selbsthilfegruppe in Spandau gebildet:

[www.bipolaris.de/selbsthilfegruppen/für-betroffene/spandau/](http://www.bipolaris.de/selbsthilfegruppen/für-betroffene/spandau/)

## **zwischenräume – Kunst zwischen Manie und Depression**

Gemeinsam mit dem Offenen Atelier ArThe veranstaltete bipolaris die Kunstausstellung „zwischenräume“ im Rathaus Berlin-Reinickendorf.

Unsere Vernissage mit einem sehr interessanten Rahmenprogramm hatte über 150 Besucher und das Gästebuch ist gut gefüllt. Der Fernsehsender RBB zeigte einen Beitrag über die Ausstellung im Magazin ZIBB.

Ein toll gestalteter Katalog zur Ausstellung ist bei bipolaris für 6€ erhältlich:

<http://www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/kunstaussstellung/>

## **Forschung**

### **MooDS-Studie an der Charité: Noch dringend Angehörige gesucht**

Die Charité Berlin führt noch bis Mitte Dezember eine Studie durch, in der einige genetische Einflussfaktoren und deren Auswirkungen auf die Struktur und Funktion des Gehirns erforscht werden sollen.

Gesucht werden Angehörige ersten Grades eines Menschen, der an einer Schizophrenie, einer Depression oder einer manisch-depressiven Erkrankung leidet.

Auch wenn die Genetik nur einer von mehreren Faktoren ist, der zu Bipolaren Störungen beiträgt, möchten wir alle Angehörigen herzlich bitten, an dieser Studie teilzunehmen.

Weitere Informationen: [www.moods-berlin.de/](http://www.moods-berlin.de/)

### **Apropos Genetik**

Alle paar Monate wird es wieder in den Medien verbreitet: Ein Gen sei gefunden, das in engem Zusammenhang mit Bipolaren Störungen steht. Es entsteht der Eindruck, jetzt sei endlich die Ursache für die Erkrankung entdeckt.

Es sei noch mal gesagt: zum Entstehen einer Bipolaren Störung gehören viele Ursachen. Sie ist nicht nur auf die Genetik zurück zu führen und schon gar nicht auf ein einzelnes Gen.

Eine besonders reißerisch erscheinende Pressemitteilung erschien es am 1.9.2012: „Forscher entschlüsseln Manie-Gen“. Von bipolaris gibt es einen offenen Brief dazu:

<http://www.bipolaris.de/app/download/6204165150/2012+09+05+Offener+Brief+NCAN-Gen+Pressemitteilung.pdf?t=1351711675>

## **Termine**

Aktuelle Termine finden Sie auch auf [www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/aktuelle-termine](http://www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/aktuelle-termine).

### **06. & 07.11.2012: Gleichberechtigt mittendrin – Partizipation und Teilhabe**

Jahrestagung der Aktion Psychisch Kranke e. V. (APK), Rathaus Schöneberg, Berlin

[www.psychiatrie.de/apk/](http://www.psychiatrie.de/apk/)

### **07.11.2012, 18:00 Uhr: Früherkennung bipolarer Störungen**

Wissenschaftliches Symposium an der Charité Berlin. Auch für Menschen mit bipolaren Störungen und ihre Angehörigen.

Hauptvortrag: Prof. Dr. Christoph Correll, New York: „Kann die bipolare Störung früh erkannt und verhindert werden?“

Sebastian Schlösser liest aus seinem Buch „Lieber Matz, Dein Papa hat ne´Meise“.  
[www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/aktuelle-termine/#November](http://www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/aktuelle-termine/#November)

## **07.11.2012, 20:15: FilmMittwoch im Ersten – Bloch: Heißkalte Seele**

Benno Pflüger sucht Blochs Hilfe, weil er sich Sorgen um seine Lebensgefährtin Rieke macht. Die junge Frau hat versucht sich umzubringen, nicht zum ersten Mal. Sie schwankt zwischen hocheuphorischen, manischen Phasen und der tiefen Niedergeschlagenheit der Depression.  
[www.daserste.de/Programm/tvtipp.asp?datum=07.11.2012](http://www.daserste.de/Programm/tvtipp.asp?datum=07.11.2012)

## **22.11.2012: Nützen Neuroleptika oder verschlimmern sie die Krankheit auf lange Sicht?**

Der bekannte US-amerikanische Journalist Robert Whitacker wird am 22. November in Berlin einen Vortrag über seine Recherchen zum Thema Psychopharmaka halten. Eine Veranstaltung der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie, der Berliner Gesellschaft für Soziale Psychiatrie in Kooperation mit der Charité, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Campus Mitte.  
[www.bgsp-ev.de/akt.html](http://www.bgsp-ev.de/akt.html)

## **24.11.2012: Tätig sein mit Bipolaren Störungen - 8. bipolaris-Infotag**

Siehe oben „Topthemen“

### **Zum Vormerken:**

**19.01.2013:** bipolar-Fachtagung „Nähe und Distanz“ am Fontane-Klinikum Motzen

**25.01.2013:** bipolar-Selbsthilfetag „Bipolare Störung und Psychose“ am Humboldt-Klinikum Berlin-Reinickendorf

## **Aus dem Verein**

### **Mitarbeit möglich!**

Für die Größe unseres Vereines haben wir vieles geschafft. Aber noch mehr steht an. Momentan beraten wir über unsere Aktivitäten in 2013. Aufgaben gibt es genug, Spaß macht es auch und wir suchen noch viele Leute, die mitmachen wollen!

Mindestens einmal im Monat findet ein bipolaris-Treffen statt. Jedes bipolaris-Mitglied ist zu diesen Treffen, die gleichzeitig auch Vorstandssitzungen sind, herzlich eingeladen. Der jeweils nächste Termin findet sich unter

[www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/aktuelle-termine/#naechstesTreffen](http://www.bipolaris.de/termine-neuigkeiten/aktuelle-termine/#naechstesTreffen)

### **Schulung zur Beratung**

Viele Aktive in der Selbsthilfe sind oft in der Situation, andere zu beraten. Auch überlegen wir, regelmäßige Beratungstermine für Betroffene und Angehörige anzubieten. Damit dies gut gelingt, läuft zurzeit eine Beratungsschulung auf Grundlage der Humanistischen Psychologie.

### **facebook**

Kennen Sie schon unsere facebook-Seite [www.facebook.com/bipolaris](http://www.facebook.com/bipolaris)? Wenn nicht, dann anschauen und Fan werden! Dort finden Sie aktuelle Informationen und Termine.

*Herzlichen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben unseren Newsletter zu lesen!  
Uwe Wegener, Vorsitzender bipolaris e. V.*