

Tätigkeits- und Projektbericht 2016

Im Jahr 2016 haben wir unsere erfolgreiche Arbeit der vergangenen Jahre im Wesentlichen fortgesetzt. Höhepunkte waren unsere Veranstaltung zum Welttag der Bipolaren Störung und die Veranstaltung des MUT-Laufes auf dem Tempelhofer Feld. Ein weiteres wichtiges Thema war die Verabschiedung des neuen Berliner PsychKGs.

Entwicklung des Vereins und der Selbsthilfe zur Bipolaren Störung

bipolaris ist 2008 als Arbeitskreis von Aktiven aus den Berliner und Brandenburger Selbsthilfegruppen entstanden und hat sich im Jahr 2010 als Verein konstituiert. Die Arbeit der Selbsthilfegruppen ist die Basis unserer Aktivitäten, die meisten Selbsthilfegruppen sind Mitglied bei bipolaris. Dabei sind die Selbsthilfegruppen selbstständig und in keiner Form bipolaris untergeordnet.

Regelmäßig tauschen wir uns über die Situation der Selbsthilfegruppen aus. Auch bedingt durch die erfolgreiche Arbeit von bipolaris hat sich die Zahl der Teilnehmer in den Selbsthilfegruppen in den letzten Jahren deutlich erhöht. Wir erreichen in den Gruppen ca. 250 Betroffene und Angehörige.

Die Zahl der Selbsthilfegruppen ist im Laufe des Jahres 2016 konstant geblieben: Im Land Berlin gibt es 10 aktive Gruppen und im Land Brandenburg sechs aktive Gruppen, die sich regelmäßig treffen und offen für neue Mitglieder sind.

Leider hat sich die Angehörigengruppe im Nachbarschaftsheim Schöneberg aufgelöst, vornehmlich aus Altersgründen. Im Jahr 2017 streben wir eine Reaktivierung der Gruppe an.

Unsere Mitgliederzahl hat sich um 20% erhöht. Am Jahresende hatte bipolaris 166 persönliche Mitglieder.

Vorstandsarbeit und weitere bipolaris-Aktive

Auch 2016 traf sich der Kreis der aktiven bipolaris-Mitglieder mindestens einmal im Monat.

Ständige Themen dabei sind:

- Situation in den Selbsthilfegruppen
- Eigene Informationsveranstaltungen (Infotag, Infoabende)
- Weitere Veranstaltungen in Kooperation mit bipolaris oder mit bipolaris-Beteiligung
- Bipolar-Beratung
- Aktuelle Projekte und weitere Aktivitäten
- Gremienarbeit
- Informationen aus der Psychiatrie-Landschaft
- Vereinsentwicklung, Organisatorisches und Finanzen

Zur Vorbereitung von Veranstaltungen und weiterer Aktivitäten gab es zusätzliche Treffen in Arbeitsgruppen.

Jeder Verein lebt von der aktiven Mitarbeit der Vereinsmitglieder. Bei bipolaris gibt es einen Kern von einem guten Dutzend Personen, die regelmäßig aktiv sind und die Arbeit in besonderem Maße tragen. Einige Aktive sind über die MUT-Tour oder meist über persönliche Ansprache hinzugekommen und bereichern unsere Tätigkeiten.

Zu diesen sehr Aktiven kommen noch einmal ca. 20 Personen, die punktuell, z. B. bei Veranstaltungen, unterstützend tätig sind.

An dieser Stelle noch einmal vielen Dank an all unsere aktiven Mitglieder und Unterstützer, die das Rückgrat unseres Vereins bilden!

Ein Schwerpunkt der Arbeit 2017 wird die Gewinnung neuer aktiver Mitglieder bilden.

Geschäftsstelle

Die Anstellung eines Mitarbeiters im Büro für 50 Stunden im Monat hat sich als große Entlastung insbesondere für den BGB-Vorstand sowie als Verbesserung der Vereinskommunikation nach innen und außen bewährt. So wurde diese Stelle auch für 2017 verlängert.

Wesentliche Aufgaben sind die Unterstützung der Vereins- und Finanzverwaltung sowie die Pflege des Webauftritts und die Informationsverteilung. Zahlreiche telefonische und schriftliche Anfragen sind zu beantworten, Materialien zu beschaffen und zu versenden. Termine werden koordiniert und Sitzungen und Veranstaltungen werden vorbereitet.

Büro, Versammlungsraum und Infrastruktur in der Geschäftsstelle ermöglichen uns die komplikationslose Durchführung von Besprechungen.

Die Räumlichkeiten im Tegeler Weg werden durch eine vergünstigte Miete von der PIBB subventioniert.

Für unsere Projekte suchen wir einen weiteren Mitarbeiter / eine Mitarbeiterin mit ähnlichem Stundenumfang.

Projektentwicklung

Information, Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit

Wichtige Teile unserer Arbeit sind die Vermittlung von Informationen, die Aufklärung und die Öffentlichkeitsarbeit.

Neben den schon traditionellen Informationsabenden und -tagen haben wir auch 2016 einen besonderen Schwerpunkt auf weitere Zugangswege und Kommunikationsformen gesetzt. Mehrfach haben wir kulturelle Beiträge, besonders Filme, genutzt, um über die Bipolare Störung ins Gespräch zu kommen und zu informieren. Über den MUT-Lauf haben wir einen Zugang über den Sport zu Betroffenen und Nicht-Betroffenen gefunden.

Unsere Website www.bipolaris.de, sowie unsere Facebook-Seite www.facebook.com/bipolaris trägt mit vielen nützlichen Informationen, Adressen und Terminen zur Information über die Bipolare Störung und die Situation in Berlin und Brandenburg bei. Die sehr gute Pflege der Termine zu den Themen Bipolare Störungen, psychische Erkrankungen und Selbsthilfe macht die Website sehr attraktiv. Im Jahr 2016 wurden viele Anpassungs- und Aktualisierungsaufgaben durchgeführt. Für 2017 planen wir einen Relaunch unserer Website.

Über die Webseite erhalten wir auch Informations-Anfragen, Newsletter-Bestellungen und Mitgliedsanträge. Angehörige und Betroffene werden auf die Möglichkeiten der Selbsthilfe in unserer Region aufmerksam gemacht und sie trägt damit zur Mitgliedergewinnung der Selbsthilfegruppen und von bipolaris bei.

Unsere Materialien, wie z. B. der bipolaris-Flyer oder die Bücherliste werden weiterhin gut nachgefragt, besonders auf den Veranstaltungen. Aus Kapazitätsgründen gab es 2016 leider kaum eine Weiterentwicklung der Materialien.

Wir haben uns entschlossen, Informationsbroschüren von anderen Herausgebern, z. B. von der DGBS und dem Verein „Irre menschlich“ Hamburg, zu erwerben, um diese unseren Mitgliedern und Interessenten bei Bedarf kostenlos zugänglich machen zu können.

Unsere Kontaktdatenbank umfasst inzwischen mehr als 2750 aktuelle Adressen von Einrichtungen, Ärzten, Therapeuten, Angehörigen und Betroffenen hauptsächlich aus der Region. Unsere Newsletter, mit Informationen zur Bipolaren Störung und Hinweisen auf interessante Termine in der Region, haben somit einen großen Empfängerkreis. Dies erhöht Bekanntheit von bipolaris und führt zu einer zunehmenden Einbeziehung der Sicht von Betroffenen und Angehörigen im psychiatrischen Hilfesystem.

bipolaris engagiert sich in den Schulprojekten in Berlin und Brandenburg, die der Aufklärung und Anti-Stigma-Arbeit bzgl. psychischer Erkrankungen in den Schulen dienen.

Unsere Veranstaltungen und die Mitarbeit oder Präsenz bei weiteren Veranstaltungen tragen sehr zur Information und Aufklärung bei.

bipolaris-Informationsveranstaltungen

Die Verbreitung von Wissen über Bipolare Störungen ist eines unserer Hauptanliegen.

Schon traditionell ist die Durchführung eines Bipolar-Selbsthilfetags in Kooperation mit dem Vivantes Humboldt-Klinikum. Dieser fand am 19.02.2016 zum Thema Selbstmanagement mit ca. 150 Teilnehmern statt.



Beim Informationstag „bipolare Selbstbilder“ tauschten sich die gut 120 Teilnehmerinnen darüber aus, wie das eigene Selbstbild und die manischen und depressiven Krisen miteinander zusammenhängen. Es wurden Strategien zur Stabilisierung des Selbstbildes vermittelt. Gleichzeitig ermöglichte eine Ausstellung mit 30 Werken von 10 Künstler*innen auch einen narrativen Zugang zum Thema.

durchschnittlich 30 Teilnehmer*innen.

Bei zwei Informationsabenden in Berlin-Marzahn informierten wir über die bipolare Störung und die Möglichkeiten der Selbsthilfe.

In Brandenburg konnten wir leider 2016 keine bipolaris-Informationsveranstaltungen durchführen.

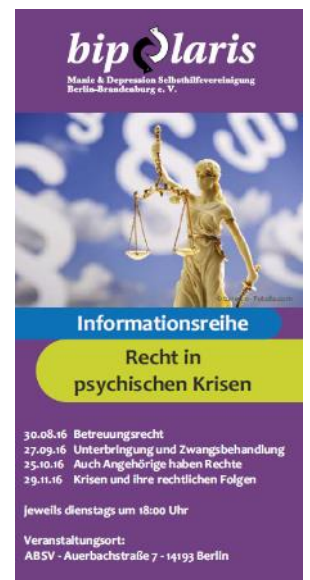


Den Welttag der Bipolaren Störung am 30.03.2016 hat bipolaris in Berlin den Kindern von Eltern mit bipolarer Störung gewidmet. Dazu führten wir 2 Filme vor, die dieses thematisieren. Im Anschluss erfolgte eine Podiumsdiskussion. Es gab ca. 300 Teilnehmer*innen, die sich so über das Thema informierten.

Zur Weiterbildung von Selbsthilfegruppenmitgliedern und zum Austausch zwischen den Selbsthilfegruppen veranstaltete bipolaris im Juni 2016 einen Workshoptag „Achtsamkeit und Aufmerksamkeit“.



9. Bipolar-Selbsthilfe-Tag
Selbstmanagement und das Geheimnis des Life Charting
Freitag, 19. Februar 2016
ab 13.00 Uhr



Der nicht unerhebliche Aufwand für die Vorbereitung und Durchführung der Informationsveranstaltungen wurde durch bipolaris-Mitglieder erbracht (Planung, Flyer-Erstellung und Versand, Kontaktpflege, technische Durchführung, Catering, Moderation usw.). Finanziert wurde die Durchführung größtenteils durch die projektgebundene Krankenkassenförderung. Räume wurden uns kostenlos von Vivantes bzw. kostengünstig vom ABSV überlassen.

Bipolar – Beratung

Seit Mitte 2013 bieten wir eine eigene unabhängige, kostenlose und auf Wunsch anonyme Beratung für Betroffene und Angehörige an. 2016 haben wir ca. 80 Beratungsgespräche durchgeführt.

Als Berater sind 7 Betroffene tätig, die gleichzeitig auch bei bipolaris aktiv sind. Alle haben vor Aufnahmen ihrer Beratungstätigkeit an einer Fortbildung in personenzentrierter Beratung nach Rogers teilgenommen, vier davon haben eine EX-IN-Ausbildung zum Genesungsbegleiter. Dank der Förderung durch die Krankenkassen und nach einem Beschluss der Mitgliederversammlung konnten wir allen Beratern ein Honorar für ihre Tätigkeit zahlen. Ebenso erhielt der jeweilige Koordinator für die zeitaufwändige Koordination der Beratungen ein Honorar.

Im August 2016 haben wir eine gemeinsame 2-tägige Fortbildung zur personenzentrierten Beratung organisiert und absolviert.

2015 und 2016 haben wir ein Konzept für die Durchführung von Peer-Beratungen in Facharztpraxen entwickelt. Dafür haben wir gemeinsam mit der Psychiatrie-Initiative Berlin-Brandenburg, exPEERienced e. V. und weiteren Organisationen aus dem Bereich der Selbsthilfe einen Antrag beim Innovationsfonds der Bundesregierung gestellt, der leider in der ersten Runde nicht positiv beschieden wurde.

Gut nachgefragt wurde unsere Therapeutenliste, die wir auf Grundlage einer Umfrage bei allen niedergelassenen ärztlichen und psychologischen Psychotherapeuten im Jahre 2014 erstellt hatten. Die Implementierung einer Datenbank mit Weboberfläche mussten wir leider auf 2017 verschieben.



MUT-LAUF & Markt der seelischen Gesundheit

Ein weiterer Höhepunkt war der MUT-Lauf, dessen Träger bipolaris war und der in Kooperation mit der MUT-Tour und der Deutschen DepressionsLiga stattfand.

Der MUT-LAUF ist ein Lauf-Event mit dem Ziel, über seelische Erkrankungen zu informieren und einen Beitrag zur Entstigmatisierung von seelischen Erkrankungen zu leisten und die Selbsthilfe Betroffener zu stärken.

Das Event setzt sich aus zwei Bestandteilen zusammen:

1. Stadtlauf – professionell organisiert durch eine Lauf-Agentur
2. Markt der seelischen Gesundheit – rund um den Start/Zielbereich der Strecke

Im August 2016 fand der MUT-LAUF erstmals in Berlin auf dem Tempelhofer Feld statt. Mit dabei waren Menschen mit und ohne seelischen oder körperlichen Beeinträchtigungen. Rund 350 Hauptstädter*innen kamen zusammen, um an der Laufveranstaltung teilzunehmen. Die Streckenlängen gingen wahlweise über 5 km oder 10 km.

Mittags starteten vom Tempelhofer Feld 60 Radler*innen, die die Teilnehmer*innen der Berliner Etappe der MUT-Tour abholten und zurück zum Tempelhofer Feld geleiteten.

Im Rahmen des Marktes für seelische Gesundheit informierten über 30 Akteure der Szene aus allen Stadtteilen Berlins. Vertreten waren neben Selbsthilfeorganisationen u. a. die Kliniken der Charité, Vivantes und Alexianer, Vereine wie Freunde fürs Leben e. V. sowie Institutionen wie die Deutsche Rentenversicherung, der Berliner Krisendienst und soziale Träger wie USE gGmbH, VIA gGmbH, die über ihre Angebote informierten und zur persönlichen Beratung zur Verfügung standen. Ergänzt wurde der Markt durch Live-Musik, Snack-Möglichkeiten und verschiedene Aktionen für Kinder.

Berichte zum Mut-Lauf erschienen in Berliner Zeitungen (Morgenpost, Abendblatt, Berliner Kurier, Berliner Zeitung). Prominente wie z. B. Eckart von Hirschhausen und Hajo Schumacher machten in den sozialen Medien auf das Ereignis aufmerksam. Gewünscht hätten wir uns allerdings, dass mehr auf das Thema bipolare Störungen und auf bipolaris eingegangen worden wäre.

Der nächste MUT-Lauf soll im August 2017 stattfinden und mit größerem zeitlichen Vorlauf noch mehr Teilnehmer*innen und Informationswillige erreichen.



InklusionNetzwerkNeukölln



Gemeinsam mit dem Unionhilfswerk und dem Nachbarschaftsheim Neukölln initiierte bipolaris das Neuköllner Inklusionsprojekt INN. Nach einer Vorphase im Jahr 2015 ist das Projekt im April 2016 in seine Hauptphase eingetreten und wird bis 2018 laufen. Dieses von der Aktion Mensch geförderte Modellprojekt soll insbesondere die Barrieren für Menschen mit Psychischen Beeinträchtigungen im Teilhabebereich „Freizeit“ erkunden und verkleinern.

INN soll Menschen mit der Erfahrung schwerer psychischer Krisen ermöglichen, an Kursen, Veranstaltungen und Vereinsleben außerhalb des psychiatrischen Hilfesystems teilzunehmen. Parallelstrukturen im Hilfesystem (z. B. im Betreuten Einzelwohnen) sollen dabei abgeschafft werden. Im INN-Projekt arbeiten Menschen mit und ohne Erfahrung schwerer psychischer Krisen gleichberechtigt und mit gleicher Bezahlung miteinander.

2016 wurden erste Kurse z. B. an der Volkshochschule, im Nachbarschaftsheim und in Sportvereinen begleitet. Die BegleiterINNen sind Experten aus Erfahrung.

Schwerpunkt der Arbeit im 1. Jahr des Projekts war und ist die Vernetzung mit den Anbietern von Veranstaltungen, die Ausbildung von BegleiterINNen und das Sammeln von Erfahrungen über die Barrieren und deren Überwindungsmöglichkeiten.

bipolaris ist maßgeblich an der Vorbereitung, Steuerung und Durchführung des Projekts beteiligt gewesen.

Interessenvertretung & Kooperation

Anfang 2016 wurde vom Senat ein Entwurf für ein „Gesetz über Hilfen und Schutzmaßnahmen bei psychischen Krankheiten“ vorgelegt. Wir haben uns intensiv damit auseinandergesetzt und versucht, als Vertreter der Interessen von Menschen mit der Erfahrung schwerer psychischer Krisen und ihrer Angehörigen auf das Gesetz Einfluss zu nehmen.

bipolaris ist dazu in verschiedenen Gremien, so z. B. in der ÜPSAG, aktiv geworden. Wir erstellten Stellungnahmen und führten Gespräche mit Landespolitikern. Unser Vorsitzender wurde als Experte zur Anhörung in den Gesundheitsausschuss des Abgeordnetenhauses eingeladen.

Auch wenn wir das Ziel des Verbotes von Zwangsbehandlungen nicht erreicht haben, konnten wir an wesentlichen Stellen Änderungen bewirken. So wurden u. a. die Kontrollmöglichkeiten von Zwangssituationen verstärkt und die Transparenz bei der Besetzung von Gremien erhöht.

bipolaris hat einen Sitz im Beirat der „Psychiatrie-Initiative Berlin-Brandenburg“, vertritt dort die Interessen von Menschen mit psychischen Störungen und setzt sich für eine verbesserte integrierte Versorgung ein.

In der Überörtlichen Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft, in Klinikbeiräten und psychiatrischen Gremien auf Bezirksebene vertritt bipolaris die Interessen von Menschen mit psychischen Störungen. Wir stehen im Austausch mit anderen Selbsthilfeorganisationen im Bereich der seelischen Gesundheit.

bipolaris ist im trialogischen Beirat zur Vorbereitung des Weltkongresses der Psychiatrie 2017 in Berlin vertreten.

Die Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen ist ein alljährlicher Höhepunkt sowohl in der Forschung über Bipolare Störungen als auch im trialogischen Austausch über Strategien zum Umgang mit Bipolaren Störungen. An der Jahrestagung 2016 in Chemnitz konnten 23 Mitglieder teilnehmen, weil wir entsprechende Fördergelder eingeworben hatten. Ein großer Teil davon hätte sonst aus finanziellen Gründen nicht teilnehmen können.

An ca. einem Dutzend Tagungen im psychosozialen Bereich war bipolaris mit Ständen und/oder Vorträgen präsent, beispielsweise bei der Jahrestagung der DGPPN oder der Aktion Psychisch Kranker.

bipolaris kooperiert mit anderen Organisationen der Selbsthilfe, wie z. B. dem Angehörigenverband APK, dem BOP&P, dem Netzwerk Stimmenhören und exPEERienced.

bipolaris ist Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband Berlin e. V., der Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e. V. und hat sich der Initiative „Transparente Zivilgesellschaft“ von Transparency International Deutschland e. V. angeschlossen.

Finanzen / Mitteltransparenz

Das Finanzamt für Körperschaften Berlin hat unsere Körperschaftsteuererklärungen für die Jahre 2011-2013 anerkannt und mit Freistellungsbescheid vom 10.07.2014 bis 2016 verlängert. Damit ist unsere Gemeinnützigkeit bestätigt worden.

Unsere Mitgliedsbeiträge und Spenden machen knapp 15 % unserer Gesamteinnahmen aus. Den wesentlichen Anteil unserer Mittel erhalten wir über die Selbsthilfeförderung der Krankenkassen nach §20 SGB V. Die Höhe der Förderung ist im Voraus schwer zu bestimmen, die Auszahlung und Bewilligung erfolgte im 2. und 3. Quartal des Jahres. Insgesamt erhielten wir 19.450,75 € Pauschalförderung und 35.000,00 € Projektförderung von den Krankenkassen.



Den Gesamteinnahmen von 66.583,34 stehen Ausgaben von 50.303,39 gegenüber, so dass sich rechnerisch ein Überschuss von 16.279,95 Euro ergibt. Außer einigen Geringfügigen Wirtschaftsgütern besaß der Verein zum 31.12.2016 ein Guthaben in Höhe von 19.716,99 auf dem Konto und 88,95 € in bar. Dieses wird als Rücklage zur Deckung der Ausgaben des 1. Halbjahres 2017 verwendet, da der Eingang der Fördergelder erst im 2. und 3. Quartal 2017 zu erwarten ist.

Weitere Einzelheiten können der Einnahmen-Überschuss-Rechnung und dem Haushaltsplan entnommen werden. Als Mitglied der Initiative Transparente Zivilgesellschaft veröffentlichen wir diese auf unserer Website.

Folgende Krankenkassen haben uns pauschal bzw. unsere Projekte in Berlin und Brandenburg gefördert, entweder direkt oder über die „GKV Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Land Berlin“:

- AOK Nordost – Die Gesundheitskasse
- Barmer GEK
- BIG direkt gesund
- BKK Landesverband Mitte
- DAK Gesundheit
- IKK Brandenburg und Berlin
- KKH
- Knappschaft
- Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau
- Techniker Krankenkasse
- Verband der Ersatzkassen e.V.

Unterstützung durch die Vergabe von kostenlosen bzw. verbilligten Räumen erhielten wir von der Vivantes Netzwerk für Gesundheit GmbH, dem ABSV e.V. und der PIBB.

Allen unseren Mitgliedern, Spendern und Förderern gebührt an dieser Stelle herzlicher Dank! Ohne sie wäre unsere Arbeit nicht möglich.

Für den Vorstand von bipolaris e. V.

Berlin, den 19.01.2017

Uwe Wegener
Vorsitzender bipolaris e. V.

Christian Lange
Finanzverwalter bipolaris e. V.

bipolaris

bipolaris e. V.
Tegeler Weg 4
10589 Berlin

Tel.: (030) 91 70 80 02
Fax: (030) 89 37 22 61
bipolaris@bipolaris.de
www.bipolaris.de



Mitglied der
LV **Selbsthilfe** Berlin



Initiative
Transparente
Zivilgesellschaft

Wir danken für die finanzielle oder materielle Unterstützung im Jahr 2016 folgenden Krankenkassen und weiteren Institutionen:



PIBB | Psychiatrie Initiative
Berlin Brandenburg



Vereinsregistergericht Berlin-Charlottenburg VR 29694 B – Steuernummer: 27 / 661 / 64074
Mit Bescheid vom 10.07.2014 des Finanzamtes Berlin für Körperschaften I als gemeinnützig anerkannt;
Kontonummer: 1168700 bei der Bank für Sozialwirtschaft Köln, BLZ 100 205 00;
IBAN: DE 44 100 205 00 000 11 68 700; BIC: BFSWDE33BER; Gläubiger-ID DE34ZZZ00000185403
Vertretungsberechtigter Vorstand: Uwe Wegener (Vorsitzender), Christian Lange, Olivia Kunze