

Tätigkeitsbericht 2010

Liebe Mitglieder und Interessierte,

das Jahr 2010 war ein spannendes Jahr in der Entwicklung der Selbsthilfe zur Bipolaren Störung in Berlin und Brandenburg.

Interessante bipolaris-Informationstage und viele weitere Veranstaltungen haben zur Aufklärung beigetragen. Die Zahl der Mitglieder in den Selbsthilfegruppen hat sich deutlich erhöht. Die *bipolaris – Manie und Depression Selbsthilfevereinigung Berlin-Brandenburg* wurde zum eingetragenen Verein und als gemeinnützig bestätigt. bipolaris wird immer anerkannter als Interessenvertretung von Menschen mit einer Bipolaren Störung und ihrer Angehörigen.

In diesem Tätigkeitsbericht schildern wir die bipolaris-Aktivitäten und Entwicklung des Jahres 2010 und geben einen Ausblick auf 2011.

Informationstage

Die Durchführung von gemeinsamen Informationsveranstaltungen war ein Hauptgrund, dass sich Aktive aus vielen Brandenburger und Berliner Selbsthilfegruppen zur Bipolaren Störung 2008 zum ersten Mal getroffen haben.

2009 haben wir zwei Informationsabende zu den Themen „Symptome und Ursachen der Bipolaren Störung“ und „Rechtliche Situation bei einer Bipolaren Störung“ veranstaltet. Auf Grund der großen Resonanz und Nachfrage für weitere Veranstaltungen stellten wir fest, dass die Dauer von 2 Stunden je Veranstaltung zu kurz war, um tiefergehend zu informieren und gleichzeitig den Fragen der Teilnehmer gerecht zu werden. So haben wir ab 2010 aus den Info-Abenden Info-Tage gemacht.

Der **3. Informationstag „Medikamentöse Therapie der Bipolaren Störung“** fand als knapp 5-stündige Veranstaltung am 27.03.2010 im Nachbarschaftsheim Schöneberg statt. Der

4. Informationstag „Psychotherapie der bipolaren Störung“ fand am 28.08.2010, von 11:00 Uhr bis 15:30 im Vivantes Klinikum am Friedrichshain statt. Der Zuspruch durch jeweils ca. 120 Besucher übertraf unsere Erwartungen. Die Teilnehmer hörten Referate aus der Sicht von Betroffenen, Angehörigen und Fachpersonal und beteiligten sich mit Fragen und Diskussionsbeiträgen. Es gab viel positives Feedback.

Der nicht unerhebliche Aufwand für die Vorbereitung und Durchführung der Informationstage 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 beteiligter Selbsthilfegruppen sowie die Übernahme von Druckkosten durch das Nachbarschaftsheim Schöneberg; Räume wurden uns kostenlos vom Nachbarschaftsheim Schöneberg und von Vivantes überlassen.

Weitere Veranstaltungen

Beim „3. HuK Bipolar-Selbsthilfetag: Lebensstil und Bipolare Erkrankung - gefährliche Genüsse“ war bipolaris Mitveranstalter.

Bei der „5. Interdisziplinäre Fachtagung Bipolarität im Dialog in der Fontane-Klinik Motzen“ sind wir mit einem Beitrag und einem gut besuchten Informationsstand präsent gewesen.

Nachdem bipolaris 2009 Mitveranstalter der DGBS-Jahrestagung in Berlin war, haben wir auch 2010 die DGBS Jahrestagung sehr unterstützt: In der Programmplanung und Vorbereitung dieser dreitägigen dialogischen Veranstaltung waren bipolaris-Mitglieder maßgeblich beteiligt, ebenso an der Entwicklung eines „Starterpakets für Selbsthilfegruppen“. Drei Workshops und ein Symposiumsvortrag wurden von bipolaris-Aktiven verantwortet. Die von der Selbsthilfegruppe Balance beantragte Projektförderung machte 10 Personen aus Berlin und Brandenburg den Besuch der Jahrestagung möglich.

Auf der „Tagung der Depressionsstationen“ im November 2010 wurde von bipolaris ein Workshop für Fachpersonal angeboten, der leider schlecht besucht war. Die am zweiten Tag vom Humboldt-Klinikum und bipolaris gemeinsam durchgeführte Informationsveranstaltung für Betroffene und Interessierte im Pergamonmuseum dagegen war mit ca. 50 Teilnehmern gut besucht und ein Jahreshöhepunkt.

bipolaris war mit einem Stand beim Berliner Selbsthilfemarkt präsent.

bipolaris-Aktive beteiligten sich aktiv an diversen weiteren Veranstaltungen zur Selbsthilfe und zur Psychiatrie.

Konstituierung als Vereins

2010 wurde die Arbeit von bipolaris auf eine neue und gute organisatorische Grundlage gestellt:

Am 27.03.2010 hat sich bipolaris als Verein mit 26 Mitgliedern konstituiert, die Gründungssatzung verabschiedet und einen siebenköpfigen Vorstand gewählt. Vertretungsberechtigte Vorstandsmitglieder sind Uwe Wegener-Drasdo (Vorsitzender), Doris Kawgan-Kagan (2. Vorsitzende) und Annett Oehlschläger (Finanzverwalterin).

Zum Jahresende 2010 hatten wir knapp 50 persönliche Mitglieder, zur großen Mehrheit Betroffene und Angehörige aus Berlin-Brandenburg. Weiterhin sind 6 Selbsthilfegruppen mit zusammen ca. 100 Mitgliedern eingetreten, wobei es Überschneidungen zwischen der persönlichen Mitgliedschaft und den Mitgliedschaften der Selbsthilfegruppen gibt.

bipolaris wurde in das Vereinsregister des Amtsgerichts Berlin-Charlottenburg unter der Nummer VR 29694 B eingetragen und mit Bescheid vom 26.07.2010 des Finanzamtes Berlin für Körperschaften I als gemeinnützig anerkannt.

Im Oktober 2010 sind wir in der Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e.V. aufgenommen worden, was einen wichtigen Schritt zur Anerkennung als Selbsthilfe-Landesorganisation darstellt.

Die Anträge zur Aufnahme in den Paritätischen Wohlfahrtsverband und in die BAG Selbsthilfe Brandenburg laufen.

bipolaris-Treffen

Der Kreis der aktiven bipolaris-Mitglieder hat sich mindestens einmal im Monat getroffen, seit April 2010 als Vorstandssitzung und Treffen Interessierter.

Ständige Themen dabei sind:

- Situation in den Selbsthilfegruppen
- Infotage
- Andere Veranstaltungen
- Weitere Aktivitäten
- Informationen aus der Psychiatrie-Landschaft
- Organisatorisches und Finanzen

Zur Vorbereitung insbesondere der Vereinsgründung, der Infoveranstaltungen und weiterer Aktivitäten gab es zusätzliche Treffen.

In einer Zukunftswerkstatt haben wir Ideen für unsere weitere Arbeit gesammelt.

Information, Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit

Ein wichtiger Teil unserer Arbeit sind die Vermittlung von Informationen, die Aufklärung und die Öffentlichkeitsarbeit.

Unsere Website www.bipolaris.de, die 2010 weiter ausgebaut wurde, trägt mit vielen nützlichen Informationen, Adressen und Terminen zur Information über die bipolare Störung und die Situation in Berlin und Brandenburg bei. Über die Website 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.

Aktive von bipolaris haben Interviews für die Online-Zeitungen Bezette und Berliner Gazette gegeben, ein Vorstandsmitglied trat in einem Feature des TV-Magazins Brisant auf.

Über 5000 unserer Flyer informierten über die regionale Selbsthilfe zur bipolaren Störung.

Wir haben eine Kontaktdatenbank mit über 800 Adressen von Einrichtungen, Ärzten, Therapeuten, Angehörigen und Betroffenen hauptsächlich aus der Region angelegt. Bei Bedarf werden Hinweise auf interessante Termine versendet.

Eine kommentierte Medienliste zur Bipolaren Störung liegt vor.

Eine erste Ausgabe des elektronischen bipolaris-Newsletter ist erschienen.

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

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

Selbsthilfegruppen

bipolaris ist als Arbeitskreis von Aktiven aus den Selbsthilfegruppen entstanden. 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 an den Selbsthilfegruppen in Berlin fast verdoppelt.

Weitere Aktivitäten und Kooperationen

bipolaris-Aktive haben die Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen sowohl in der Vorbereitung und Durchführung der Jahrestagung als auch im DGBS-Arbeitskreis Betroffenen Selbsthilfe unterstützt.

Im Klinik-Bereich haben wir die Zusammenarbeit mit dem Vivantes Humboldt-Klinikum fortgesetzt. Gemeinsam haben wir den HuK-Selbsthilfetag und einen Teil der Tagung der Depressionsstationen gestaltet. Wir bekamen kostenlose Räume für eine Selbsthilfegruppe und für unsere Infotage zur Verfügung gestellt. Prof. Bräunig und Dr. Salkow unterstützten sowohl ideell und als Ansprechpartner als auch als Dozenten. Beim Entwurf einer Behandlungsvereinbarung hat ein bipolaris-Vorstandsmitglied mitgewirkt.

Erste Kontakte zur Zusammenarbeit mit den Angehörigen psychisch Kranker (ApK), dem Netzwerk Stimmenhöre, der Berliner Organisation Psychiatrie-Erfahrener und Psychiatrie-Betroffener und dem Netzwerk Brandenburg (LV Psychiatrie-Erfahrener) sind geknüpft worden.

Finanzen

2010 haben wir erstmals Einnahmen aus Mitgliedsbeiträgen in Höhe von ca. 1300€ erhalten, sowie Spenden und Erlöse in Höhe von knapp 100€.

Die Kosten für die Informationstage und weitere Veranstaltungen wurden von den beteiligten Selbsthilfegruppen im Rahmen der Projektförderung der Krankenkassen getragen.

Ebenso erfolgte die Finanzierung der Teilnahme an der DGBS-Jahrestagung über Projektförderung.

Bei bipolaris fielen im Wesentlichen Ausgaben für die Abwicklung der Gründungsformalitäten, Flyer, Aufsteller, Website sowie Büromaterial und Fahrtkosten an. Ein Großteil der Einnahmen konnte für das Jahr 2011 zurück gestellt werden.

2011 wird bipolaris zum ersten Mal selbst Förderung nach §20c SGB V bei den Krankenkassen beantragen. Eine Projektförderung soll auch beim Paritätischen Wohlfahrtsverband beantragt werden.

Ausblick 2011

Schwerpunkte:

- Information, Aufklärung und Anti-Stigma-Arbeit auch verstärkt im Land Brandenburg
- Konzeption und Durchführung von Workshops und Seminaren
- Aufbau und fortschreitende Vernetzung von Selbsthilfegruppen
- Verstärkung der Kooperation mit weiteren Organisationen besonders der Psychiatrie-Erfahrenen und Angehörigen in Berlin und Brandenburg
- Konsolidierung als Verein und Landesorganisation mit kontinuierlichem Wachstum

Auch 2011 werden wir unsere Serie von Informationstagen zur Bipolaren Störung in Berlin fortsetzen, geplant sind zwei Veranstaltungen im April und November. Zusätzlich sind wir Mitveranstalter des Selbsthilfetages am Humboldt-Klinikum im Januar.

Verstärken wollen wir unsere Aktivitäten in Brandenburg. Um auch die Menschen in den einzelnen Regionen zu erreichen, werden wir Infoabende in verschiedenen Landkreisen / Städten in Brandenburg veranstalten. Dies verbinden wir mit der Hoffnung, dort neue Selbsthilfegruppen initiieren zu können.

bipolaris wird verschiedene Workshops mit Bezug zu Themen im Umfeld der Bipolaren Störung und psychischer Erkrankungen veranstalten. Zusätzlich soll ein betroffenenkontrolliertes Recovery-Seminar als Alternative zur konventionellen Psychoedukation entwickelt werden.

Der Austausch zwischen den Selbsthilfegruppen ist ein wesentliches Anliegen; zur Vernetzung der Selbsthilfe und Verbesserung der Selbsthilfearbeit werden wir u.a. eine Tagung für Aktive in der Selbsthilfe veranstalten.

Wie auch 2010 werden wir in diesem Jahr weitere Veranstaltungen aktiv mitgestalten oder dort präsent sein.

Die Zusammenarbeit mit DGBS und Schulprojekt soll beibehalten werden. Die Zusammenarbeit mit den Organisationen Psychiatrie-Erfahrener und Angehöriger in der Region soll deutlich ausgebaut werden. Auch streben wir die Mitgliedschaft im Paritätischen Wohlfahrtsverband an. Wir werden weiterhin in kritischer Distanz mit den Einrichtungen des psychiatrischen Systems zusammen arbeiten.

Ein Höhepunkt 2011 wird sicherlich eine Ausstellung von Werken von Künstlern werden, die von einer Bipolaren Störung betroffen sind.

Mit freundlichen Grüßen



Uwe Wegener-Drasdo
Vorsitzender bipolaris e. V.



bipolaris e. V.
Nachbarschaftsheim Schöneberg
Jeverstr. 9
12157 Berlin

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

Vereinsregistergericht Berlin-Charlottenburg VR 29694 B – Steuernummer: 27 / 661 / 64074

Mit Bescheid vom 26.07.2010 des Finanzamtes Berlin für Körperschaften I als gemeinnützig anerkannt.

Kontonummer: 1168700 bei der Bank für Sozialwirtschaft Köln, BLZ 100 205 00

Vertretungsberechtigter Vorstand: Uwe Wegener-Drasdo (Vorsitzender), Doris Kawgan-Kagan, Annett Oehlschläger