

Tätigkeitsbericht 2014

Vereinsentwicklung

bipolaris ist als Arbeitskreis von Aktiven aus den Selbsthilfegruppen im Jahr 2008 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 weiter erhöht. Wir erreichen in den Gruppen ca. 170 Betroffene und Angehörige.

Im Land Berlin gibt es acht aktive sowie eine Gruppe in Gründung und im Land Brandenburg fünf aktive Selbsthilfegruppen, die sich regelmäßig treffen und offen für neue Mitglieder sind. Im Jahr 2014 hat sich die SHG „Polarfüchse“ in Weißensee neu gegründet. Die Gruppe „Seiltänzer“ in Tempelhof befindet sich in Gründung.

Zum Jahresende 2014 hatten wir 117 persönliche Mitglieder und 14 Selbsthilfegruppen.

Vorstandsarbeit und weitere bipolaris-Aktive

Der Kreis der aktiven bipolaris-Mitglieder traf sich 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
- 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.

Der Kreis der Personen, die sich in besonderem Maße bei bipolaris engagieren, besteht aus ca. 12 Leuten. Positiv ist, dass sich einige neue Personen regelmäßig aktiv an der bipolaris-Arbeit beteiligen. Dazu kommen noch einmal ca. 20 Personen, die punktuell, z. B. bei Veranstaltungen, unterstützend tätig sind.

Daneben waren Schwerpunkte der Vereinsarbeit im Jahr 2014:

- Ein Buchprojekt (bipolaris ist angefragt worden, ein eigenes Buch zum Thema „bipolare Störung und Selbsthilfe aus Betroffenenensicht“ zu schreiben)
- Erstellung einer Liste / Datenbank mit Therapeuten verschiedener Störungsbilder
- Durchführung einer Tagung zur Beteiligung Psychiatrie-Erfahrener im professionellen Hilfesystem (EX-IN-Tagung) am 11.11.2014

Auf Grund der zunehmenden Wahrnehmung und Kompetenz von bipolaris erhalten wir immer mehr Anfragen zur Beteiligung an Veranstaltungen und Gremien. Auf Dauer ist aber die Aufrechterhaltung oder gar eine Ausweitung unserer Aktivitäten nicht ohne weitere engagierte Mitglieder und regelmäßiger Sekretariats- und Assistenzarbeit machbar. Deshalb planen wir für das Jahr 2015 die Anmietung von Büroräumen als Geschäftsstelle und die Anstellung einer 450 € - Kraft.

Information, Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit

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

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. 2014 fand kein grundlegender Ausbau der Website statt, aber die sehr gute Pflege der Termine zu den Themen Bipolare Störungen, Psychische Erkrankungen und Selbsthilfe macht die Website weiterhin sehr attraktiv.

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.

Unsere Materialien, wie z. B. der bipolaris-Flyer, eine Bücherliste oder Handzettel zur rechtlichen Situation werden weiterhin gut nachgefragt, besonders auf den Veranstaltungen. In 2014 haben wir begonnen von einer externen Grafikerin ein neues Layout erstellen zu lassen, um unseren Flyer grundlegend neu zu gestalten. In 2015 soll diese Arbeit abgeschlossen werden. 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 2300 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 hat somit einen großen Empfängerkreis. Dies trägt zur Bekanntheit von bipolaris im

System und zur zunehmenden Einbeziehung der Sicht von Betroffenen und Angehörigen im psychiatrischen Hilfesystem bei.

Eine kommentierte Medienliste zur Bipolaren Störung wurde 2014 überarbeitet.

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.

Berliner bipolaris-Informationstage

Die Verbreitung von Wissen über Bipolare Störungen ist eines unserer Hauptanliegen. Besondere Bedeutung haben dabei die Berliner bipolaris-Informationstage, die inzwischen zu einer Institution geworden sind. Am 25.10.2014 haben wir einen Informationstag zum Thema „Bipolare Störung und Paarbeziehungen“ durchgeführt. Wir konnten als Hauptreferentin Frau Christiane Tramitz gewinnen, die aus Sicht einer Verhaltenswissenschaftlerin das Thema beleuchtete. Betroffene und Angehörige schilderten, welche zusätzlichen Probleme die bipolare Störung in Paarbeziehungen bereitet.

Es kamen ca. 200 Besucher, die sich aktiv an der Veranstaltung beteiligten. Das Format und der zeitliche Umfang haben sich bewährt.

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. Räume wurden uns kostenlos von Vivantes überlassen.

Ebenfalls schon traditionell ist die Durchführung eines Bipolar-Selbsthilfetags in Kooperation mit dem Vivantes Humboldt-Klinikum. Dieser fand am 21.02.2014 zum Thema „Ernährung und bipolare Störung“ mit ca. 80 Teilnehmern statt.

Statt einen weiteren herkömmlichen Informationstag durchzuführen, haben wir uns entschlossen, die „Bipolar-Roadshow“ nach Berlin zu holen, in Kooperation mit der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen, dem Humboldt-Klinikum und der Charité.

Die Musik des bekannten, selbst betroffenen Musikers Martin Kolbe und die Lesung von Matthias Schlösser sollten gemeinsam mit Informationen zur Bipolaren Störung auch Personen ansprechen, die nicht auf eine reine Informationsveranstaltung gehen würden. Über 200 Besucher kamen am 24.05.2014 in die Passionskirche in Berlin-Kreuzberg. bipolaris übernahm den Großteil der lokalen Organisation und die Betreuung der Veranstaltung.

Bipolar – Beratung

Seit Mitte 2013 bieten wir eine eigene unabhängige, kostenlose und auf Wunsch anonyme Beratung für Betroffene und Angehörige an. Die Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin stellt uns dafür Räumlichkeiten in ihrer Geschäftsstelle in der Littenstr. (Berlin-Mitte) zur Verfügung. Wir haben in 2014 ca. 60 Beratungsgespräche durchgeführt.

Als Berater sind 7 Betroffene tätig, die gleichzeitig auch bei bipolaris aktiv sind. Alle haben 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.

Tagung „Einbeziehung Psychiatrie-Erfahrener“

Um das Erfahrungswissen Betroffener in die Behandlung von Menschen mit psychischen Störungen einbeziehen zu lassen, ist die Mitarbeit von Betroffenen im psychiatrischen Hilfesystem notwendig. Der Prozess der Implementierung einer solchen Mitarbeit wird von bipolaris unterstützt.

Eine Reihe unserer bipolaris Mitglieder hat die EX-IN-Ausbildung (Experienced-Involvement – Ausbildung zum Genesungsbegleiter) absolviert. Drei bipolaris-Aktive sind als Peer-Berater am Humboldt-Klinikum bzw. an Vivantes Klinikum Spandau tätig.

bipolaris war Träger einer Tagung zum Thema „Einbeziehung Psychiatrie-Erfahrener in Berlin und Brandenburg“. Dies fand am 11.11.2014 in Berlin statt. In Vorträgen und vielfältigen Workshops wurde über das Thema „Erfahrungswissen als Ressource kompetent und qualifiziert nutzen“ diskutiert. Die Veranstaltung war ausgebucht, einige Interessenten mussten leider abgewiesen werden. Dank der Fördermittel aus der Lotto-Stiftung Berlin konnten alle Kosten gedeckt werden.

Therapeutenliste

Nur ein kleiner Teil der Psychotherapeuten hat Erfahrung mit der Behandlung bipolarer Störungen oder anderer schwerwiegender psychischer Störungen. Welche Therapeuten dies sind, ist bisher nirgendwo ersichtlich; auch die Psychotherapeuten-Datenbank der Kassenärztlichen Vereinigung enthält diese Information nicht. Aufgrund vieler Anfragen nach entsprechend erfahrenen Psychotherapeuten haben wir einen Fragebogen an alle 2053 in Berlin niedergelassenen ärztlichen und psychologischen Psychotherapeuten geschickt. Neben den Kontaktdaten haben wir nach zusätzlichen Therapieangeboten, nach einem Fremdsprachenangebot und nach den Erfahrungen des Therapeuten bei der Behandlung anderer schwerer psychischer Erkrankungen gefragt. Damit auch andere Verbände einen Nutzen davon haben, baten wir um Antworten zu Erfahrungen bei der Behandlung aus den Bereichen Schizophrenie, Stimmenhören, bipolare Störung, Angst und Zwang,

posttraumatische Belastungsstörung, Persönlichkeitsstörungen und Borderline. Es haben 178 Therapeuten geantwortet, von denen 114 bereit sind, Menschen mit bipolaren Störungen zu behandeln, 40 bieten dafür kein Angebot (22,5%), obwohl sie bereits Klienten mit diesem Störungsbild hatten, 18 haben keine Angaben zu dieser Frage gemacht.

Wir haben begonnen, daraus eine nutzerfreundliche Datenbank-Applikation zu erstellen. Diese soll 2015 fertiggestellt werden und dann eine kostenlose Suche nach Psychotherapeuten mit den angegebenen Eigenschaften über das Internet ermöglichen.

Weitere Veranstaltungen mit bipolaris-Beteiligung

Im Jahr 2014 bestand ein wesentlicher Teil unserer Arbeit aus der Teilnahme an vielen Veranstaltungen, bei denen wir Kooperationspartner waren oder bei denen wir uns als Betroffenenvertreter vor allem durch Vorträge und als Diskussionspartner einbrachten.

- 08.01.2014 Arbeit für psychisch Erkrankte
Fachveranstaltung des DGPPN und der Gesundheitsstadt Berlin e. V.
- 26.02.2014 Literatur zeigt Seele: SINUS von Naema Gabriel
Lesung mit Slideshow aus dem illustrierten Jugendbuch zur Bip. Störung
- 25.3.2014 Zwischen Manie und Depression – Bipolare Störungen
"Sprechstunde" der Kassenärztlichen Vereinigung Berlin (KV)
- 31.03.2014 Gesetzliche Betreuung: Wem hilft sie??
In Kooperation mit dem Vereins für Psychiatrie und seelische Gesundheit
- 15.05.2014 „Patienten schulen Ärzte“
4 Vorträge von bipolaris anlässlich der bipolar-school am Humboldt-Klinikum
- 04.06.2014 Posttraumatische Belastungsstörungen, Therapiemethoden und Selbsthilfe
In Kooperation mit Klinikum Neukölln, Selbsthilfezentrum Neukölln
- 27.06.2014 Hauptstadtkongress – Gemeinsame Repräsentanz mit der DGBS
- 03.08.2014 Wie Angehörige die Erkrankung ihres Familienmitgliedes managen.
Angehörigen Workshop-Tag in Zusammenarbeit mit dem Humboldt Klinikum
- 13.08.2014 Informationsveranstaltung und Gründung der neuen SHG Polarfüchse am
St. Josef-Krankenhaus Berlin-Weißensee
- 12.09.2014 Selbsthilfe-Fachtagung: Wirksamkeit der Selbsthilfe in der Psychiatrie
In Kooperation mit Landesvereinigung Selbsthilfe, ApK, BOP&P, Netzwerk
Stimmenhören
- 18.-20.09.2014 Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen
17 Teilnehmer von bipolaris
- 14.10.2014 Abend der offenen Tür an der Bipolar-Tagesklinik des Humboldt-Klinikums
2 Vorträge von bipolaris
- 16.10.2014 Als Psychiatrie-Erfahrene/r in der Psychiatrie arbeiten
Informationsveranstaltung
- 26.-29.11.2014 Tagung der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und
Neurologie - Repräsentanz gemeinsam mit der DGBS

Weitere Projekte, Kooperationen und Aktivitäten

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 2014 in Würzburg konnten 17 Mitglieder teilnehmen, weil wir entsprechende Fördergelder eingeworben hatten. Ein großer Teil davon hätte sonst aus finanziellen Gründen nicht teilnehmen können.

Gemeinsam mit dem Unionhilfswerk und dem Nachbarschaftsheim Neukölln initiierte bipolaris das Neuköllner Inklusionsprojekt INN. Dieses von der Aktion Mensch geförderte Modellprojekt soll insbesondere die Barrieren für Menschen mit Psychischen Beeinträchtigungen im Teilhabebereich „Freizeit“ erkunden und verkleinern.

2014 wurde bipolaris Kooperationspartner beim **INN-Projekt** „Inklusion Netzwerk in Neukölln“. Zwei Vertreter arbeiten im Koordinierungskomitee mit.

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 Klinikbeiräten und psychiatrischen Gremien auf Bezirksebene vertritt bipolaris die Interessen von Menschen mit psychischen Störungen. Die Zusammenarbeit mit anderen Organisationen der Selbsthilfe zur seelischen Gesundheit verbessert sich durch einen neu entstandenen Arbeitskreis beim Paritätischen.

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

Finanzen

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 10 % unserer Gesamteinnahmen aus. Einen wesentlichen Anteil unserer Mittel erhalten wir über die Selbsthilfeförderung der Krankenkassen nach §20c 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 7000 € Pauschalförderung und 12.890 € Projektförderung von den Krankenkassen. Für die EX-IN-Tagung erhielten wir eine Förderung der Deutschen Klassenlotterie über den Paritätischen Wohlfahrtsverband Berlin. Weitere Einzelheiten können der Einnahme-Überschuss-Rechnung und dem Haushaltsplan entnommen werden.

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

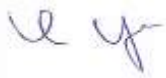
- AOK Nordost – Die Gesundheitskasse
- Knappschaft Bahn See
- Knappschaft
- BKK Landesverband Mitte
- BIG direkt gesund
- Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau
- Verband der Ersatzkassen e.V.
- Techniker Krankenkasse
- IKK
- KKH – Allianz
- DAK

Unterstützung durch die Vergabe von kostenlosen bzw. verbilligten Räumen erhielten wir von der Vivantes Netzwerk für Gesundheit GmbH, der Landesvereinigung Selbsthilfe e. V. und dem Nachbarschaftsheim Schöneberg.

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 09.01.2015



Uwe Wegener
Vorsitzender bipolaris e. V.



Annett Oehlschläger
Finanzverwalterin bipolaris e. V.

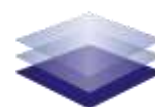
bipolaris

bipolaris e. V.
NBH Schöneberg
Jeverstr. 9
12157 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 2014 folgenden Krankenkassen und weiteren Institutionen:



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), Donna Reynolds, Annett Oehlschläger