



ApKM THÜRINGEN

Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.
Geschäftsstelle | Thälmannstr. 58 | 99085 Erfurt



Jahresbericht für das Geschäftsjahr 2023

Vorstand

Vorsitzende:	Dr. Heike Stecklum
Stellvertretende Vorsitzende:	Annette Romankiewicz
Schatzmeisterin:	Sandra Halbauer
Beisitzerin:	Juliane Pesch
Beisitzerin:	Karin Gjudjenow

Inhalt

1. Ziele
2. Finanzierung
3. Veranstaltungen
4. Kooperationen und Vernetzung
5. Öffentlichkeitsarbeit
6. Beratung
7. Organisationsberatung
8. Verbandsentwicklung

1. Ziele

Im Jahr 2023 setzten wir uns folgende Ziele

1. Die 9 Selbsthilfegruppen zu unterstützen und zu stärken sowie neue Gruppen zu gründen,
2. Rechtsberatung für Mitglieder anzubieten,
3. Öffentlichkeitsarbeit zu Belangen und Themen von Angehörigen auf soziale Medien auszuweiten,
4. Als Interessenvertretung in Gremien und Arbeitsgruppen teilzunehmen,
5. Am Deutschen Zentrum für psychische Gesundheit (DZPG) sich zu beteiligen,
6. Die Mitglieder- und Wahlversammlung mit Fachvorträgen, Neubesetzung von Vorstandsfunktionen auszurichten,



ApKM THÜRINGEN



Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.
Geschäftsstelle | Thälmannstr. 58 | 99085 Erfurt

7. Einen Kreativtag, ein Gesundheitswochenende, die Teilnahme am Informationstag anlässlich der Woche der Seelischen Gesundheit, eine Klausurtagung des Vorstandes und eine Fachtagung zum Thema "Menschen mit Depressionen & Angehörige im Fokus von Forschung und Medien" durchzuführen,
8. Zwei Online-Vorträge anzubieten,
9. Eine Projektwoche für Kinder psychisch erkrankter Eltern durchzuführen,
10. Am Länderrat des Bundesverbandes teilzunehmen,
11. Die Vernetzung innerhalb der Landesverbände der Angehörigen und mit den Thüringer Betroffenenverbänden zu erweitern.

2. Finanzierung

Im Haushaltsjahr 2023 standen dem Landesverband Mittel der institutionellen Förderung des TMASGFF zur Verfügung, mit denen wir einen großen Teil unserer Aufwendungen finanzieren konnten. Wir konnten darüber hinaus weitere Drittmittel der AOK PLUS, der Thüringer Ehrenamtsstiftung, der Parität Thüringen und des Deutschen Kinderhilfswerkes akquirieren. Außerdem erhielten wir eine Spende des Sparkassen- und Giroverbandes Hessen/Thüringen, private Spenden und Zahlungen durch eine gerichtliche Anordnung, die unsere Mitgliedsbeiträge und Teilnehmergebühren entsprechend ergänzten.

3. Veranstaltungen

2023 wurden bis auf die Online-Vorträge alle unsere Vorhaben umgesetzt. Somit blicken wir auf ein sehr aktives und arbeitsreiches Jahr zurück.

Als erste fand am **11.04.2023** in der Begegnungsstätte "Mittendrin" in Pößneck unsere **Mitglieder- und Wahlversammlung mit Fachtag** statt. Am Vormittag stellten zunächst Silke Burkhardt-Roelli und Donata Kalinowski die Struktur und Arbeitsweise der Gemeindespsychiatrischen Einrichtungen in Rudolstadt-Saalfeld vor. Sie zeichneten anhand der jüngeren Psychiatriegeschichte den Entwicklungsprozess von gemeindespsychiatrischen (bzw. sozialpsychiatrischen) Hilfestrukturen außerhalb stationärer psychiatrischer Kliniken nach und präsentierten interessantes Hintergrundwissen. Die Teilnehmenden lernten die Struktur dieses Verbundes in Saalfeld-Rudolstadt sowie konkrete Möglichkeiten, diese in Anspruch zu nehmen, kennen.

Der Jenaer Rechtsanwalt Jens Klein stellte dann gemeinsam mit unserem Vorstandsmitglied Juliane Pesch Änderungen im Betreuungsrecht vor, wobei wichtige Konsequenzen für psychisch Erkrankte und Angehörige erläutert und Fragen aus dem Publikum beantwortet wurden.



ApkM THÜRINGEN

Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.
Geschäftsstelle | Thälmannstr. 58 | 99085 Erfurt



Die sich anschließende Mitglieder- und Wahlversammlung verlief planmäßig entsprechend der Tagesordnung. Anhand der Berichte wurde der Vorstand für seine inhaltliche Arbeit und den satzungsgemäßen Umgang mit den und der Verwaltung der finanziellen Mittel entlastet.

Im Anschluss wurden der Vorstand und die Kassenprüferinnen neu gewählt. Für die Vorstandsfunktionen standen 5 Kandidatinnen zur Verfügung. Christine und Herbert Fischer stellten sich nicht noch einmal zur Wahl. Da es keine spontanen Meldungen gab, blieben weiterhin 2 Beisitzer-Funktionen unbesetzt. Der neugewählte Vorstand setzt sich folgendermaßen zusammen:

Vorsitzende:	Dr. Heike Stecklum
Stellvertretende Vorsitzende:	Annette Romankiewicz
Schatzmeisterin:	Sandra Halbauer
Beisitzerinnen:	Karin Gjudjenow und Juliane Pesch

Als Kassenprüferinnen kandidierten Christine Fischer und Birgit Rödiger, die beide einstimmig gewählt wurden.

Vom **02. bis 04.06.2023** nahmen Annette Romankiewicz, Sandra Halbauer und Dr. Heike Stecklum am **Länderrat** und der **Mitgliederversammlung des Bundesverbandes** in Magdeburg teil. Das Treffen der Landesverbände wurde vom Landesverband Sachsen-Anhalt zum Thema "Das neue PsychKG unter dem Fokus der Rolle Angehöriger" ausgerichtet. In je zwei Vorträgen und Workshops wurden die aktuelle Situation und praktische Erfahrungen vermittelt sowie der Austausch mit einem Leistungserbringer und Psychiatriekoordinatorinnen ermöglicht.

Annette Romankiewicz erklärte sich auf der Mitgliederversammlung am Sonntag bereit, die Funktion der Schatzmeisterin bis zum Ende des Kalenderjahres zu übernehmen, da der bisherige Schatzmeister aus Altersgründen die Funktion nicht mehr ausüben kann.

Erstmalig boten wir Mitgliedern und interessierten Angehörigen einen **"Kreativtag zur Stärkung der eigenen Resilienz"** an. Am **17.06.2023** fanden von 10.00 Uhr bis 14.30 Uhr im Mehrgenerationenhaus Gotha zwei parallele Workshops statt, an denen jeweils 8 Personen teilnahmen. Für einige dieser war der Kontakt zu unserem Verein neu. Ein Workshop unter Leitung der Kunsttherapeutin Christiane Budig widmete sich dem „kreativen Gestalten“. In drei Stufen wurden insgesamt drei eigene Bilder erstellt. Damit konnten Angehörige Gefühle Ausdruck verleihen, wie sie oft im Zusammenhang mit alltäglichen Erfahrungen auftreten und die ihr psychisches Gleichgewicht stören können. Schöne Erinnerungen zu



ApkM THÜRINGEN



Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.
Geschäftsstelle | Thälmannstr. 58 | 99085 Erfurt

wecken und angenehme Formen und Farben zu verwenden wurden dann als entlastende Strategien zur Stressbewältigung erprobt. Den Workshop zu „Bewegung und Entspannung“ leitete die Fitness- und Reha-Trainerin Kerstin Bartsch. Sie führte zunächst in Stepp-Aerobic und in das Faszien-Training ein. Im zweiten Teil wurden Anleitungen zur Entspannung vermittelt und geübt. Beide Möglichkeiten sind auf körperlicher Ebene sehr geeignet, Stress abzubauen und sich fit zu halten. Sie dienen der besseren Körperwahrnehmung und der Besinnung auf die eigenen Kräfte. Alle Teilnehmenden bestätigten die positive Wirkung der Angebote und wünschen sich ähnlich gelagerte Workshops. Darüber hinaus ist der informelle Austausch untereinander gelungen. Wir konnten zudem ein neues Vereinsmitglied zu gewinnen.

Bereits zum vierten Mal fand vom **08.-10.09.2023** in Georgenthal das ***Gesundheitswochenende*** für Mitglieder statt, an dem 24 Angehörige teilnahmen. Die Selbsthilfegruppe Gotha bereitete dieses langfristig vor. Den Teilnehmenden wurden abwechslungsreiche Angebote unterbreitet. Das Gesundheitswochenende begann mit einer Wanderung zum Museum Lohmühle. Uns interessierte besonders eine Ausstellung über Samuel Hahnemann, der u.a. als Pionier der Psychotherapie gilt. Am Samstagvormittag wanderte ein Teil der Gruppe unter Anleitung von Annette Romankiewicz auf dem Ursaurier-Pfad durch den Wald, der andere Teil besichtigte unter Führung von Reiner Klein Georgenthal, mit dem Schloss, in dem Samuel Hahnemann 1927 eine „Genesungs-Anstalt für etwa 4 irrsinnige Personen aus vermögenden Häusern“ betrieb, bis zur Klosterruine. Am Nachmittag lud Martina Schüttler zu einem Workshop mit dem Titel „Heilsames Singen“ ein. Der anschließende Workshop „Meditation und Entspannung“ mit Annett Gottschalk-Schmidt zeigte spielerisch Bewegungsübungen mit Bällen, die dabei helfen, Verspannungen im Nacken-, Rücken und Steißbereich zu lockern und auch bei Migräne nützlich sein können. Zwischen allen organisierten Angeboten bestand ausreichend Möglichkeit für den wichtigen Austausch der zahlreichen Vertreter*innen der Selbsthilfegruppen.

Vom **09. bis 13.10. Oktober** fand in Weimar erstmalig eine ***Workshopwoche*** zur Buchgestaltung ***für Kinder und Jugendliche*** statt, die psychisch erkrankte Eltern haben. Dafür kooperierten wir mit dem Miniverlag der Buchkinder_Weimar e.V., der über langjährige Erfahrungen in der kreativen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen verfügt. Unter dem Motto "Drück dich aus!" nahmen 11 Kinder und Jugendliche im Alter von 9 bis 17 Jahren an der Workshopwoche teil. Angeleitet von den Pädagog*innen Yasmina Budenz und Leopold Olpp verfassten die Teilnehmenden zunächst eigene Geschichten zu einem Thema aus ihrer Lebenswelt, die sie dann illustrierten. Am Ende hielten sie ein eigenes Buch in der Hand. Die kreativen Materialien, die i-Pads zur Gestaltung in Verbindung mit der kompetenten



ApkM THÜRINGEN

Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.
Geschäftsstelle | Thälmannstr. 58 | 99085 Erfurt



Unterstützung brachten vielfältige kreative Ergebnisse bis zur gemeinsamen Gestaltung von drei Hörspielen hervor. Angesichts der Begeisterung der Kinder und Jugendlichen und des Stolzes der Workshopleitung hat dieses Angebot die verfolgten Ziele erreicht. Die Kinder und Jugendlichen konnten selbstbestimmt ihre Erfahrungen kreativ verarbeiten und sich dabei austauschen und neue Freunde gewinnen.

An unserer **Klausurtagung** vom **14. bis 15. Oktober 2023** in Bad Blankenburg nahmen 12 Vertreter*innen des Vorstandes, der Geschäftsstelle und der Selbsthilfegruppen teil. Unter Moderation von Silke Grieger wurden zunächst die vergangenen Monate reflektiert und dann Ideen und Ziele für das Jahr 2024 entwickelt. Im Laufe der gemeinsamen Arbeit stellte sich heraus, dass die meisten der engagierten Mitglieder neben der Sorge für erkrankte Angehörige auch zahlreiche andere Aufgaben übernehmen, die aber von außen kaum wahrgenommen werden. Unter dem Motto „Tue Gutes und rede darüber!“ ermutigte sie uns zu offensiverer Öffentlichkeitsarbeit. Um mit unserem Verein noch erfolgreicher zu sein, neue Mitglieder zu gewinnen und die Arbeit auf mehr Schultern zu verteilen, ist es sehr wichtig, dass die vielen Aktivitäten, Erfolge aber auch Herausforderungen öffentlich bekannter gemacht werden. Infolgedessen versandte unsere stellvertretende Vorsitzende Annette Romankiewicz nach der Tagung einen Brief an die Selbsthilfegruppen, der dazu einlädt, sich noch stärker mit dem Landesverband zu vernetzen, bei der Organisation einzelner Veranstaltungen und Aktionen in der Region vor Ort zu beteiligen und auch die Unterstützung des Landesverbandes einzufordern.

Die zweitägige **Fachtagung** fand vom **28. bis 29. Oktober 2023** unter dem Titel „Menschen mit Depressionen & Angehörige im Fokus von Forschung und Medien“ im Zinzendorfhaus in Neudietendorf statt. Daran nahmen 28 Personen an beiden Tagen und 15 Personen als Tagesgäste teil. Am Samstagnachmittag begann die Tagung mit der Vorführung der Dokumentation „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“. Dieser Film der Dokumentarfilmerin Michael Kirst gibt einen authentischen Einblick in die Lebenswelt depressiv erkrankter Menschen und ihrer Angehörigen. Bei der anschließenden Podiumsdiskussion unter Moderation von Dr. Heike Stecklum vertieften Michaela Kirst, Christine Alder-Bächer (Psychotherapeutin) und Juliane Pesch (LIGA-Selbstvertretung Thüringen) im Austausch mit dem Publikum ihre Eindrücke zum Film und allgemeine Fragen zum Thema Depression. Anschließend stellte Dr. Leonie Knebel aus Berlin in ihrem Vortrag „Depression als Chamäleon. Subjektives Erleben, klinische und gesellschaftliche Deutungen“ theoretische Modelle zur Erklärung von Depressionen und Erkenntnisse ihrer eigenen Studie vor. Am Abend folgte die Ehrung verdienstvoller Mitglieder mit Blumen und Gutscheinen. An die Ehrung schloss sich ein kabarettistisches Kulturprogramm von Heike Dornberger an.



ApkM THÜRINGEN

Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.
Geschäftsstelle | Thälmannstr. 58 | 99085 Erfurt



Am Sonntag standen die Angehörigen selbst im Mittelpunkt. Heike Petereit-Zipfel, die stellvertretende Vorsitzende des Bundesverbandes der Angehörigen (BApK), stellte sehr eindrücklich Ergebnisse ihrer quantitativen Forschungsarbeit zur Situation der Angehörigen vor, an der sich über 1.000 Angehörige beteiligt hatten. Dabei ging sie den Themenfeldern körperliche und seelische Gesundheit, soziale und ökonomische Situation sowie (sozial)rechtlichen Fragen nach. Dem Vortrag folgte ein reger Austausch mit dem Publikum. Am Ende wurde sehr deutlich, dass ein großer gesellschaftlicher und politischer Handlungsbedarf besteht, damit sich die Situation für die Angehörigen verbessert.

Darüber hinaus nahmen Vorstandsmitglieder an verschiedenen anderen fachlich und verbandlich relevanten Veranstaltungen teil. Wir brachten jeweils unser Erfahrungswissen ein und nahmen Impulse für die eigene Arbeit auf, so z.B. am Workshop des Bundesverbandes zum Thema Öffentlichkeitsarbeit in Gotha vom 10.-12.03., einem Netzwerktreffen zur Entwicklung der „Mobilen SH“ in Zella-Mehlis am 14.04., dem Erfahrungsaustausch zur Förderung der ehrenamtlichen Arbeit durch die Krankenkassen bei der Parität am 28.04., auf dem Fachtag zum Thema Krisenintervention am 26.04., der Klausur Krisendienst am 28./29.08., einem Treffen im Klinikum Weimar mit Chefarzt Dr. Jochum und einem Vertreter der Weimarer Angehörigen-SHG zum Ausbau der Angehörigenunterstützung am 10.08., an einem Workshop des Bundesverbandes zum Thema „Mitgliedergewinnung“ am 08.09.23.

Am 25.05. vertraten wir unseren Verband anlässlich der MUT-Tour in Jena mit einem Stand.

4. Kooperationen und Vernetzung

Unsere Vorstandsmitglieder führten ihre jeweilige Gremienarbeit und Beteiligung an Netzwerken und Fachgruppen im Landesfachbeirat Psychiatrie, der Besuchskommission nach § 24 ThürPsychKG und § 43 ThürMRVG, der Fachgruppe Psychiatrie bei der Parität, in Arbeitskreisen des Bundesverbandes, der AG Selbsthilfe mobil in Thüringen, der EX-IN-Akademie, dem Runden Tisch für Kinder aus belasteten Familien, der Landesgesundheitskonferenz und der Strategiearbeitsgruppe „gesund aufwachsen“ fort - sowohl virtuell als auch in Präsenz.

Ein Vorstandsmitglied (Heike Stecklum) ist zudem im Kuratorium der Familienstiftung des Bundesverbandes bzw. als Beisitzerin und Schatzmeisterin des Bundesverbandes (Annette Romankiewicz) aktiv.

Heike Stecklum wirkte im triadischen Beirat des "Deutschen Zentrums für seelische Gesundheit" an der Vorbereitung des Projektstartes mit und ist seit 01.06.23 an der



ApkM THÜRINGEN

Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.
Geschäftsstelle | Thälmannstr. 58 | 99085 Erfurt



Umsetzung sowohl bundesweit als auch lokal am Standort Jena/Halle/Magdeburg beteiligt. Sie vertritt seit September 2023 die Angehörige im Management-Board des DZPG.

Juliane Pesch war bis 04.08.2023 Vorstandsmitglied der LIGA Selbstvertretung Thüringen, die sich für die Belange behinderter oder von Behinderung bedrohter Menschen einsetzt. Frau Pesch vertritt in der LIGA auch weiterhin die Interessen unserer Angehörigen.

5. Öffentlichkeitsarbeit

Das ehrenamtliche Redaktionskollegium der Verbandszeitschrift Schwalbe erstellte unter Federführung unseres Vorstandsmitgliedes Juliane Pesch zwei Ausgaben, von denen eine im Juli 2023 und die andere im Januar 2024 erschien. Die von uns beauftragte Text- und Grafikgestalterin Claudia Cyrol entwickelte dafür ein völlig neues Design.

An der Gestaltung der Schwalbe sowie an weiteren Medien - z.B. Flyer, Aushänge, Newsletter, Mitgliederkarte - und unserem Auftritt in den Social-Media-Kanälen Instagram und Facebook waren zudem zwei weitere Honorarmitarbeiterinnen beteiligt. Sie unterstützten auch die Werbekampagnen für den Kreativtag und die Workshopwoche für Kinder und trugen dazu bei, dass sie erfolgreich stattfinden konnten.

Zu diversen Anlässen wie Veranstaltungen und Spendenübergaben wurden Pressemitteilungen verfasst, die z.T. von den regionalen Medien veröffentlicht wurden. Frau Stecklum veröffentlichte in der sozialpsychiatrischen Zeitschrift "Kerbe" den Fachbeitrag "Erfahrungswissen Angehöriger – Von der Quelle zum anerkannten Einsatz" (Stecklum 2023, in Kerbe Nr. 2).

Frau Stecklum führte zudem am 05.12.2023 in einer Vorlesung Studierende des Masterstudiengangs Psychologie an der FSU Jena in das bundesdeutsche System der Selbsthilfe ein und stellte die Selbsthilfe von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen vor.

6. Beratung

Beratungen finden stets im Rahmen der Selbsthilfearbeit in den Gruppen, durch die Geschäftsstelle und während der Gesundheitsmesse statt. 2023 waren wieder mit einem Stand auf der Messe vertreten und kamen in regen Austausch mit interessierten psychisch erkrankten Menschen und Angehörigen sowie beruflich im Bereich der Sozialpsychiatrie Tätigen. Erfreut registrierten wir dabei das gestiegene Interesse von Kindern und Jugendlichen.

In der Geschäftsstelle gab es 33 Kontaktaufnahmen (26 telefonisch und 7 per E-Mail). Neben dem Bedürfnis, sich über eine schwierige Situation auszutauschen und problem-



ApkM THÜRINGEN

Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.
Geschäftsstelle | Thälmannstr. 58 | 99085 Erfurt



bezogene Hilfen zu suchen, steht oft die Suche nach einer regional nahen Selbsthilfegruppe im Mittelpunkt. Austausch und informelle gegenseitige Beratung werden zudem auch im Rahmen unserer Veranstaltungen genutzt, von denen es 2023 mehr als in den Vorjahren gab.

Seit Mai können unsere Mitglieder jährlich eine rechtliche Erstberatung in Anspruch nehmen, die für sie kostenfrei ist. Damit reagierten wir auf wiederholte Anfragen im Rahmen der allgemeinen Beratung. Als Berater steht uns der Rechtsanwalt für Medizin- und Sozialrecht sowie für gesetzliche Betreuungen Jens Klein zur Verfügung, der sich besonders auf das Patientenrecht spezialisiert ist. Das Angebot wurde bereits rege angenommen.

7. Organisationsentwicklung

Zu Beginn des Jahres 2023 wurde die in den Vorjahren erarbeitete Konzeption noch einmal redaktionell überarbeitet. Sie wurde an das TMASGFF versandt und steht interessierten Mitgliedern zur Verfügung.

Der Organisationsberater Heinz Bächer führte mit dem neu konstituierten Vorstand und der Geschäftsstellenleiterin am 26.08. und am 25.11.2023 Workshops zur Teamentwicklung durch, um die Zusammenarbeit zu stärken und die Erreichung der Ziele, die in der Konzeption erarbeitet wurden, langfristig zu sichern.

8. Verbandsentwicklung

Ergänzend zu den bestehenden 9 Selbsthilfegruppen wurden 2023 je eine weitere in Bad Salzungen und Eisenach gegründet. Damit konnten wir dem gestiegenen Bedarf entsprechend reagieren. Die Mitgliederentwicklung ist stabil, da es sowohl Aus- wie auch Eintritte gab. Am Jahresende hatten wir 142 Mitglieder.

Jena, 22.03.2024

Dr. Heike Stecklum
Vorstandsvorsitzende

Annette Romankiewicz
stellvertretende Vorsitzende