

Sachbericht über die Arbeit des TLPE e.V. im Jahr 2022

Der Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener (TLPE) e.V. blickt auf ein sehr arbeitsintensives Jahr mit sehr interessanten Kontakten zurück:

Selbsthilfe

Die Aktivierung der Selbsthilfe mit all den Möglichkeiten stand 2022 im Vordergrund. Die Jahre mit der Pandemie haben den Selbsthilfegruppen viel Kraft gekostet und viel Arbeit ist liegen geblieben. Auch die Verunsicherung bei den Gruppenleiter*innen ist weiterhin ein sehr starkes Thema.

1. Von der Idee zum Projekt „Selbsthilfe Mobil Thüringen“

Im Januar konnten wir mit Hilfe des TLS Thüringen e.V. einen Online-Erfahrungsaustausch mit dem Blauen Mobil Mecklenburg-Vorpommern, Herrn Kohlstedt, durchführen. Bereits Ende 2021 konnten wir aus bestehenden Kontakten zu anderen Verbänden erste Ideen zusammentragen und einen Fragekatalog aufstellen. Die Selbsthilfeakteure des Landes konnten wir für unsere Idee gewinnen und in verschiedenen Online-Veranstaltungen nahm unsere Idee immer mehr Gestalt an. Im September fand vor dem Thüringer Landtag eine Versammlung/Präsentation des Blauen Mobils statt. Herr Kohlstedt unterstützte uns mit dem Mobil, so dass jeder sich ein konkretes Bild machen konnte. Wir danken dem Blauen Kreuz vielmals für die Unterstützung. Unsere Idee fand auch bei der Ministerin Heike Werner anklang und sie steht uns als Schirmherrin zur Verfügung.



mit freundlicher Unterstützung durch:

TLPE e.V. – Thüringer
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.



Ministerium
für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Frauen und Familie

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 8602 0500 0001 4262 00
BIC: BFSWDE33LPZ
SteuerNr.: 151/142/02522

2. Digitaler Selbsthilfe Kompass

Psychische Erkrankungen werden im Internet von sehr vielen Institutionen, Krankenhäusern, Therapeuten usw. erläutert. Die vielen – teilweise unterschiedlichen – Informationen sind sehr unübersichtlich und aus Sicht der Profis geschrieben. Der AfPK e.V. und wir möchten einen Wegweiser erstellen, der aus Sicht der Betroffenen verfasst ist. Hier fanden im Jahr 2022 intensive Gespräche und Ideensammlungen statt.

3. Selbsthilfekonferenz in Thüringen

Die Mitteldeutsche Selbsthilfekonferenz fand dieses Jahr in Thüringen im Rahmen der landesweiten Selbsthilfeweche statt. Wir waren dabei und konnten unsere Arbeit vorstellen und andere Verbände aus Mitteldeutschland besser kennenlernen. Zum „Tag der offenen Tür“ konnten wir verschiedene Interessierte Bürger begrüßen und Vorurteile abbauen.



mit freundlicher Unterstützung durch:

TLPE e.V. – Thüringer
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de



Ministerium
für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Frauen und Familie

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 8602 0500 0001 4262 00
BIC: BFSWDE33LPZ
SteuerNr.: 151/142/02522



4. „Resilienz in der Selbst-Hilfe“ - Fachtag

Unser Fachtag fand im Trägerwerk sozialer Dienste in der Tungerstraße statt. Dabei wurde die Selbsthilfe mit ihren Akteuren unter verschiedenen Aspekten betrachtet. Wir waren uns am Ende der Veranstaltung einig, dass wir viel aufholen müssen und den Gedanken der Selbsthilfe weiterverbreiten sollten.

Die Büroarbeit fand sowohl vor Ort als auch im Homeoffice statt. Die Organisation und Verteilung der Aufgaben konnten wir nur mit Hilfe von ehrenamtlicher Arbeit stemmen.

Die Redaktionsarbeit der Selbsthilfezeitung ThuPLE war schwierig. Der Ausfall von Redaktionsmitgliedern musste auf vorhandene Schultern verteilt werden. Trotzdem gelang es uns. Die Selbsthilfegruppen, Betroffene und interessierte Bürger warteten darauf und freuten sich sehr, als sie die Zeitungen endlich in den Händen hielten.

Die telefonische Beratung führten wir weiterhin mit viel Empathie durch. Alle Berater und Vorstandsmitglieder investierten hier sehr viel Zeit und Kraft.

Unsere Zielgruppe konnten wir erweitern. So sind es viele interessierte Menschen, die Angehörige pflegen oder Berufstätige, die von Kurzarbeit betroffen sind und somit um ihrem Arbeitsplatz sowie der ungewissen Zukunft Angst haben.

Die persönliche Beratung im Büro oder vor Ort konnten je nach den geltenden Bestimmungen stattfinden.

Dies alles geht nur, wenn unsere Arbeit auch finanziell unterstützt wird. Wir möchten uns auf diesem Wege bei Ihnen bedanken – ohne die finanzielle Unterstützung könnten wir nicht helfen.

Netzwerkarbeit

Wir pflegen viele Kontakte zu Betroffenen und Selbsthilfegruppen in verschiedenen Teilen Thüringens. Die Gespräche zur seelischen Gesundheit werden in Erfurt auch durch uns durchgeführt und die anschließenden Gespräche führten zu weiteren Kontakten.

In diesen Jahr war unser Verein bei der Woche der seelischen Gesundheit vertreten.

mit freundlicher Unterstützung durch:

TLPE e.V. – Thüringer
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de



Ministerium
für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Frauen und Familie

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 8602 0500 0001 4262 00
BIC: BFSWDE33LPZ
SteuerNr.: 151/142/02522

Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. – Ammertalweg 7 – 99086 Erfurt

Diese Veranstaltungen fanden unter Beachtung der Hygiene-Verordnungen statt.

Öffentlichkeitsarbeit

Veranstaltungen/Arbeitsgruppen/Werbung und Gremienarbeit fanden im Jahr 2022 hauptsächlich in digitaler Form statt. Wir sind aktiv in den sozialen Medien vertreten und können so weitere Betroffene oder interessierte Bürger erreichen.

Weiterbildung

Mitglieder des Vorstandes und aktive Mitglieder besuchten verschiedene Tagungen, Fachtage und Weiterbildungsveranstaltungen auch in digitaler Format.

Selbsthilfezeitung

Ehrenamtliche Mitglieder der Redaktion und der Vorstand haben auch 2022 wieder zwei Ausgaben der „ThuLPE“ herausgebracht. Unsere Zeitung findet reisenden Absatz und wird von uns verteilt u.a. in Krankenhäuser, bei Therapeuten und in Gesundheitsämtern sowie an unsere Mitglieder und interessierte Bürger per Post versandt.

Finanzierung

Unser Verband wird hauptsächlich finanziell gefördert durch:

- GKV-Gemeinschaftsförderung durch AOK, IKK, BKK, Knappschaft, SVLFG und vdek
- Thüringer Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie
- AOK Plus Sachsen und Thüringen

Die Mitgliedsbeiträge sowie Spenden helfen uns den jeweiligen Eigenanteil zu finanzieren. Weiterhin bieten wir Seminare zu den unterschiedlichsten Themen an und die Honorare sind ein weiterer Baustein der Finanzierung.

Wir möchten uns für die gute Zusammenarbeit und Ihr Verständnis bedanken.

Auch in dieser etwas anderen Zeit waren Sie stets für uns da. Danke!

Mit freundlichen Grüßen

Edith Handschuh

Vorstandsvorsitzende

mit freundlicher Unterstützung durch:

TLPE e.V. – Thüringer
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.



Ministerium
für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Frauen und Familie

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 8602 0500 0001 4262 00
BIC: BFSWDE33LPZ
SteuerNr.: 151/142/02522

Termine und Veranstaltungen

1. Klausurtagung

24./25.10.2022 in Erfurt – Themen u.a. Wie gestalten wir Selbsthilfe?

2. Vorstandssitzungen

14.01.2022

19.01.2022 Videokonferenz mit den *Blauen Mobil – Blaues Kreuz* Mecklenburg-Vorpommern, Herrn Kohlstedt

25.02.2022

28.03.2022

22.04.2022

11.05.2022

30.05.2022

28.06.2022

26.08.2022

19.09.2022

14.11.2022

05.12.2022

mit freundlicher Unterstützung durch:

TLPE e.V. – Thüringer
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.



Ministerium
für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Frauen und Familie

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 8602 0500 0001 4262 00
BIC: BFSWDE33LPZ
SteuerNr.: 151/142/02522

3. Die Erfurter Gespräche zur seelischen Gesundheit finden jeden ersten Donnerstag im Monat statt

- **06. Januar: Autismus – aus der Sicht der Angehörigen**
Edith Handschuh
Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
- **03. Feb.: Zwangserkrankung**
Patricia Stock
(Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle des CWE)
- **03. März: Kinder bipolarer Eltern**
Roswitha Montag
EX-IN e.V.
- **07. April: Selbstfürsorge**
Sabine Wechsung
Angehörige und Freunde psychisch Kranker e.V.
- **05. Mai: Projekt AGATHE – älter werden in der Gemeinschaft**
Katja Eberhardt
MitMenschen e.V.
- **02. Juni: Resilienz**
Sybille Krooß
Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
- **07. Juli: Hilfe für Angehörige suchtkranker Menschen**
Annette Gille
Ökumenisches Suchthilfezentrum
- **04. Aug.: Sommergestaltung**
Treff vor Ort und gemeinsame Unternehmung

Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. – Ammertalweg 7 – 99086 Erfurt

- **01. Sept.:** **Bipolar im Arbeitsalltag**
Roswitha Montag
EX-IN e.V.
- **06. Okt.:** **Ambulant psychiatrische Hilfe**
Thorsten Kilian
Ambulant psychiatrischer Pflegedienst
- **03. Nov.:** **Angst**
Dr. Eckhard Giese
- **01. Dez.:** **Hoffnung? Hilft uns leben!**
Dr. Patrick Jung
FH Erfurt

4. Der Jenaer Dialog findet jeden ersten Montag im Monat statt

Veranstaltungsort: Volksbad Jena
Knebelstrasse 10
07743 Jena

Zeit: 18:00 bis 19:30 Uhr

Themen:

- **07. März 2022** Selbstheilung ist machbar.
- **04. April 2022** Strategien zur Krisenbewältigung
- **02. Mai 2022** Depression – meine Erfahrungen mit der Krankheit
- **13. Juni 2022** Angst – normales Gefühl oder seelische Störung?
- **04. Juli 2022** Was Betroffene leisten können (z.B. EX-IN ...)
- **01. Aug. 2022** Wege in eine sinnstiftende Tätigkeit (z.B. Ehrenamt ...)
- **05. Sept. 2022** Struktur – was und wie viel ist gut für mich?
- **10. Okt. 2022** Wie komme ich in die Selbstliebe?
- **07. Nov. 2022** Wunschthema der Teilnehmer

mit freundlicher Unterstützung durch:



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.



Ministerium
für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Frauen und Familie

TLPE e.V. – Thüringer
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 8602 0500 0001 4262 00
BIC: BFSWDE33LPZ
SteuerNr.: 151/142/02522

Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. – Ammertalweg 7 – 99086 Erfurt

- **05. Dez. 2022** Wunschthema der Teilnehmer

Zu jedem Thema gibt es zu Beginn einen kleinen Impulsvortrag (3 – 10 Minuten).

5. Fachtage

- „Resilienz in der Selbst-Hilfe“
am 30. Juni 2022

6. Veranstaltungen

- Teilnahme an der **2. Mitteldeutschen Selbsthilfekonferenz** „**WiR hilft, stärkt und verbindet**“ am 03. September 2022 in Erfurt sowie deren nachfolgende **Selbsthilfeweche** mit einem „Tag der offenen Tür“ in der Landesgeschäftsstelle.
- Gründung der **Arbeitsgemeinschaft „Selbsthilfe Mobil Thüringen“** sowie regelmäßige Treffen bzw. Online-Austausch und Konkretisierung des Selbsthilfe Mobil Thüringen
- **Vorstellung und Spendenaktion zur Finanzierung des geplanten Selbsthilfe Mobil Thüringen** mit Unterstützung des Blauen Mobil Mecklenburg-Vorpommern vor dem Thüringer Landtag am 22. September 2022 sowie Gewinnung der Sozialministerin Frau Heike Werner als Schirmherrin

7. Die Woche der seelischen Gesundheit

- 10.10.2022 bis 14.10.2022 unter dem Thema „**Raus aus dem Seelenblues**“
- „**Lausch-Café**“ in der Landesgeschäftsstelle am 10.10.2022

8. Mitgliederversammlung mit Vorstandswahl

- **18.11.2022**

mit freundlicher Unterstützung durch:

TLPE e.V. – Thüringer
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de



Ministerium
für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Frauen und Familie

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 8602 0500 0001 4262 00
BIC: BFSWDE33LPZ
SteuerNr.: 151/142/02522

9. Gremienarbeit

- AG Sozialpsychiatrie Erfurt und Weimar
- Landesbehindertenbeirat
- Besuchskommission
- Bereit der Thüringer Ehrenamtsstiftung (durch den Landesbehindertenbeirat delegiert)
- AG gesundheitsbezogene Selbsthilfe
- Mitglied der Gesundheitskonferenz Thüringen
- Thüringer Maßnahmenplan zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention UAG 3+5
- Beirat C-I-R-C des Deutschen Zentrum für psychische Gesundheit
- Nichtbehördenvertreter der LIGA der Wohlfahrtspflege
- AG Psychiatrie des Paritätischen Wohlfahrtsverband Thüringen
- div. kleinerer AG's im Rahmen der Gesundheitshilfe

10. Beratungstätigkeiten in der Landesgeschäftsstelle sowie mobil/soziale Netzwerke/vor Ort

Immer dienstags und donnerstags von 8 Uhr bis 12 Uhr Sprechzeit

- technische Unterstützung von Selbsthilfegruppe
- Ausbau wertschätzender und barrierefreier Kommunikation
- bei anderen Vereinen, Institutionen und Interessierten

11. ThuLPE – Vereinszeitschrift

- Ausgabe 34 – Angst und Zwang – und der Weg hinaus ins Leben
- Ausgabe 35 – Selbsthilfe – eine Chance für jedes Alter
- sowie Jubiläum der **ThuLPE „10 Jahre“**

12. Weihnachtsfeier

- 16.12.2022 – Absage wegen kurzfristiger Krankheit

mit freundlicher Unterstützung durch:

TLPE e.V. – Thüringer
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de



Ministerium
für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Frauen und Familie

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE59 8602 0500 0001 4262 00
BIC: BFSWDE33LPZ
SteuerNr.: 151/142/02522