

**Ein Blick zurück auf
30 Jahre Selbsthilfe
Unterstützung**

SEIN e.V. – KIK – KIS



Stadtteilzentrum
Pankow 

Vorwort

30 Jahre organisierte Selbsthilfe im Ostteil unserer Stadt – eine gute Zeit, die wechselvolle Geschichte der heutigen Kontaktstelle KIS des Humanistischen Verbandes Berlin-Brandenburg KdöR zu dokumentieren.

Die Entwicklung der Selbsthilfe ist auch Spiegel der Entwicklung neuer sozialer Strukturen in den heute bestehenden Bezirken Berlins. Engagement und Empowerment Selbstbetroffener sind die Basis für die außerordentliche Wirksamkeit der organisierten Selbsthilfe.

Autonomie und Selbstbestimmung sind Grundwerte des HVD und der Selbsthilfe. Die KIS hat in ihrer Geschichte stets die thematische Vernetzung Engagierter, das Teilen von Erfahrungswissen, gegenseitige Unterstützung, das Finden eigener Problemlösungen sowie die Beteiligung an gesellschaftlichen Strategien ermöglicht. Insofern ist die Selbsthilfe ein unabdingbarer Teil des zivilgesellschaftlichen Engagements und der lebendigen Demokratie.

Andrea Käthner-Isemeyer

Abteilungsleiterin Gesundheit und Soziales des Humanistischen Verbandes Berlin-Brandenburg KdöR



Andrea Käthner-Isemeyer



... das TEAM 1993

vor dem Märkischen Museum
und dem Bärenzwinger



Ein kurzer Abriss der Geschichte der KIS

Die heutige KIS Pankow ist das Ergebnis einer 30-jährigen Geschichte, die mit dem Mauerfall begann.

Selbsthilfegruppen waren in der ehemaligen DDR nicht gern gesehen und wurden unterbunden. Dennoch gab es sie im Verborgenen, vor allem unter dem Dach der Kirche.

Schon bald nach dem Mauerfall fanden sich Akteure aus Ost und West zusammen, um so schnell wie es in dieser chaotischen Zeit eben ging, die Selbsthilfe auch im Ostteil zu etablieren. Im Juni 1990 wurde von Psychotherapeut_innen, Ärzt_innen, Selbsthilfeinteressierten und Vertreter_innen der Selbsthilfe aus dem Westteil der Stadt der Verein SEIN e. V. – Verein zur Förderung der SELbsthilfe und INitiative gegründet. Schon im Oktober des gleichen Jahres konnte die erste Selbsthilfekontaktstelle für den Ostteil der Stadt im Haus der Gesundheit am Alexanderplatz eröffnet werden. Anfangs wurde die Sprechzeit noch von den ehrenamtlichen Mitgliedern des Vereins angeboten, aber schon nach ein paar Monaten gab es eine vom Magistrat zu Berlin geförderte Personalstelle und ein paar wenige Monate später noch eine ABM-Stelle, um Gruppen zu gründen, bestehende Gruppen zu begleiten und zu vernetzen und vor allem, um erst einmal den Selbsthilfegedanken zu verbreiten. Sehr hilfreich waren dafür nicht nur die zusätzlichen Fördermittel aus dem Bundesmodellprogramm „Soziale Selbsthilfe in den Neuen Bundesländern“ über fünf Jahre, sondern auch die damit verbundenen Arbeitstreffen, das Partnerprogramm, die Weiterbildung und Vernetzung über das gesamte Bundesgebiet.



Bald reichten die zwei winzigen Räume, die als Büro und Gruppenraum dienten, nicht mehr aus. So zog die Selbsthilfekontaktstelle 1992 in das AOK-Gebäude in die Nähe der Jannowitzbrücke und hatte nun zwei Gruppenräume und ein Büro zur Verfügung – und auch einen West-Telefonanschluss!

An diesem Standort konnte die Kontaktstelle noch einen großen zusätzlichen Gruppenraum anmieten und einen kleinen Raum in ein Projektbüro umwandeln, da sich einige Projekte mit Beratungsangeboten an die Kontaktstelle angedockt hatten. In dieser Zeit entstand auch das Video „Für mich selber ist es wichtig“, welches einen Einblick in die Arbeit von Selbsthilfegruppen ermöglicht.

Ab 1993 folgten weitere Selbsthilfekontaktstellen im Ostteil der Stadt und bald gab es in jedem Stadtbezirk eine Anlaufstelle für Selbsthilfe.

Der damalige Freidenkerverband Berlin e. V. und spätere Humanistische Verband Deutschlands, Landesverband Berlin e. V. bekam Anfang 1993 die Zusage zur Trägerschaft der Selbsthilfekontaktstelle für den Stadtbezirk Prenzlauer Berg. Im September 1993 wurde die Selbsthilfekontaktstelle KIK – KontaktInformation-Kommunikation – in der Gleimstraße 28 in Anwesenheit der damaligen Sozialsenatorin Ingrid Stahmer eingeweiht. Das KIK hatte mit 1,5 Personalstellen, zwei Gruppenräumen und einem Büro gute Startbedingungen.

Sparmaßnahmen und die anstehende Bezirksreform veranlassten die Senatsverwaltung für Soziales die Selbsthilfekontaktstellen SEIN e. V. (Mitte) und das KIK (Prenzlauer Berg) zusammenzulegen.



Eröffnung KIK
Sept. 1993

Senatorin für Soziales Ingrid Stahmer





1998 entstand deshalb das erste Stadtteilzentrum in Berlin mit dem Nachbarschaftshaus Pfefferwerk und der Selbsthilfekontaktstelle KIS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe aus KIK und SEIN e. V. für den Prenzlauer Berg und Alt-Mitte. Mit einer Selbsthilfeecke, die aus drei Gruppenräumen, zwei Büros – eins davon für den Projekteverbund PRO:VIEL-, einem Eingangsbereich mit Küche und einer Terrasse bestand, war eine gute Basis für das Zusammenlegen und den Aufbau neuer Selbsthilfegruppen geschaffen.

Als die Bezirksreform vollzogen war und es nur noch eine Kontaktstelle pro Großbezirk gab, ging die Trägerschaft von der KIS, die vorher in Doppelträgerschaft war, an den HVD – Humanistischer Verband Deutschlands, Landesverband Berlin e. V., über.

Die KIS, die ja eigentlich für eine Bezirksfusion der Stadtbezirke Prenzlauer Berg und Alt-Mitte gedacht war, hatte nun ihren Standort für den Großbezirk Pankow am südlichen Rand des Bezirkes. Aus diesem Grund gab es Überlegungen, einen weiteren Standort der KIS im Zentrum des Großbezirkes Pankow zu installieren. 2008 taten sich deshalb das Bürgerhaus e. V., das Frei-Zeit-Haus Weißensee e. V. und der HVD zusammen, um das Stadtteilzentrum Pankow im Zentrum Alt-Pankows zu gründen.

Die Förderung dazu kam aus dem Europäischen Sozialfonds EFRE. Als diese Mittel nach vier Jahren wegfielen, musste die KIS den Standort im Prenzlauer Berg aufgeben. Das Beratungsbüro zog nach Pankow. Im Prenzlauer Berg konnte noch ein Gruppenraum erhalten bleiben. Im Stadtteilzentrum Pankow stehen der KIS aktuell ein Büro und zwei Gruppenräume zur Verfügung.

Die Senatsverwaltung für Soziales fördert neben Sachkosten aktuell 2,25 Personalstellen. Die finanzielle Unterstützung durch Krankenkassen konnte seit 1997 über die Jahre ausgebaut werden und ist jetzt fester Bestandteil der Selbsthilfeförderung, besonders auch für gesundheitsbezogene zusätzliche Projekte.

Wir danken allen, die sich an dem Entstehen, Entwickeln, Profilieren, Verankern, Erweitern, Verändern und Funktionieren der ersten Selbsthilfekontaktstelle im Ostteil Berlins beteiligt haben, durch Förderung, durch ehrenamtliche oder professionelle Mitarbeit, durch Anteilnahme und vor allem durch die Nutzung.

Wir danken dem Bundesministerium für Familie und Soziales, der Senatsverwaltung Berlin, den Krankenkassen, dem DPW Berlin, den Akteuren der ersten Stunde von SEIN e. V., unserem Träger HVD Berlin-Brandenburg KdöR, den engagierten ehrenamtlichen Helfer_innen, den ehemaligen und aktuellen Mitarbeiter_innen, den Fachkolleg_innen und vor allem den Selbsthilfegruppen, die viel Veränderung mitgemacht haben und das lebendige Herzstück des ganzen Projektes sind.



Gertraude Wagner
Redaktion

„Selbsthilfe – das Wort gab's gar nicht vor der Wende“

Im Osten Deutschlands jetzt viele Gruppen / Früher getarnte Treffen / Arbeitslose, Suchtkranke / Von Rosemarie Stein

BERLIN, im August. „Selbsthilfe – das Wort gab's gar nicht vor der Wende. Eine Selbsthilfegruppe, das war ein Ding der Unmöglichkeit, da wurde von Zusammenrottung gesprochen“, erinnert sich Susanne Benkenstein, Leiterin der ersten Selbsthilfe-Kontaktstelle im Osten Berlins. Die offizielle Version entsprach dem Prinzip, daß nicht sein kann, was nicht sein darf. Aber schon vor Jahren hat die junge Frau ihre erste Gruppe gegründet, siebzehn oder achtzehn war sie da. „Die Gruppe, das war unsere kleine Nische, in der wir uns wohlfühlten haben.“ Lange Fahrten hätten sie in Kauf genommen, denn die Mitglieder wohnen weit verstreut, in Erfurt, Weimar, Eisenach zum Beispiel. Man traf sich an wechselnden Orten, meist in Privatwohnungen oder unter dem schützenden Dach der Kirche, und zwar unter harmlosen Decknamen wie „Treff der Hausfrauen“.

In Wirklichkeit kamen Menschen zusammen, die seelisch angeschlagen waren. Sie hatten eine Psychotherapie hinter sich und halfen sich nun mit vereinten Kräften selbst weiter. Wenn die psychosomatischen Störungen durchs Reden alle nicht weichen wollten und auch Entspannungsübungen nichts nützten, wurden Spannungen gelegentlich nach körpertherapeutischen Verfahren ausagiert. Manchmal machte das solchen Krach, daß die Kirchenleute irritiert fragten: „Was macht Ihr denn da eigentlich?“ Wenn sie Glück hatten, konnten sie in einen leerstehenden Kindergarten ausweichen, da fiel der Lärm nicht so auf.

Solche Gruppen waren über Jahre stabil. Man hatte Vertrauen zueinander, tauschte vergessene Bücher aus, sprach auch über Politik. Und trotzdem: „Genau wußte man es nicht, aber eigentlich konnte man sicher sein, daß immer jemand aus der Gruppe bei der Stasi war“, erzählt Susanne Benkenstein. „Aber irgendwie hat man keine Rücksicht mehr darauf genommen. Später hat sich herausgestellt, daß einer dabei war, von dem man es wirklich nicht vermutet hätte.“ Passiert ist erstaunlicherweise nichts, und seit der Wende kann sich die Selbsthilfebewegung nun auch im Osten Deutschlands ohne Einschränkungen ent-

wickelt. In dem einzigen alten Haus zwischen lauter langweiligen Platten-Neubauten ganz nahe am Alexanderplatz (Karl-Marx-Allee 3) befindet sich die älteste Poliklinik der früheren DDR, wohl eine der wenigen mit einer Zukunft als Gesundheitszentrum, denn sie hatte von Anfang an eine – heute auch als Weiterbildungsstätte wohlrenommierte – psychotherapeutische Abteilung. Michael Froese, einer der zusammen mit den Ärzten dort tätigen Psychologen berichtet, wie sie schon geraume Zeit vor der Wende die Patienten zur Bildung von Selbsthilfegruppen angeregt haben. „Nachbehandlung zur Rückfallprophylaxe“ nannte man das zur Tarnung.

In Wahrheit waren die „Gruppen für seelische Gesundheit“, zu denen man auch Angehörige und Freunde mitbringen durfte, echte Selbsthilfegruppen, hatten also keinen Leiter. Die Merkmale solcher Gruppen hat Michael Lukas Moeller in seinem (1978 erschienenen) Buch „Selbsthilfegruppen“ so beschrieben: „Alle Gruppenmitglieder sind gleichgestellt. Jeder bestimmt über sich selbst. Die Gruppe entscheidet selbstverantwortlich. Jeder geht in die Gruppe wegen eigener Schwierigkeiten. Was in der Gruppe besprochen wird, soll in der Gruppe bleiben und nicht nach außen dringen. Die Teilnahme an der Gruppe ist kostenlos.“

Mittlerweile gibt es auch in den neuen Bundesländern Selbsthilfegruppen für alle möglichen Leiden und Lebensschwierigkeiten. Im Osten Berlins wurden es rasch mehr als hundert. Sie brauchten eine Anlaufstelle, ein Zentrum der „Hilfe zur Selbsthilfe“. Froese gehört zu den Gründungsmitgliedern eines „Vereins zur Förderung von Selbsthilfe und Initiative“, abgekürzt „SEIN“. Dort dominieren nicht die Professionellen, sondern Menschen, die Selbsthilfe praktizieren. Dieser Verein ist Träger der Kontaktstelle im „Haus der Gesundheit“. Die Kartei verzeichnet – das fällt gleich auf – auch Selbsthilfegruppen „erwerbsloser Frauen“ oder „arbeitsloser Akademiker“. Die um sich greifende Arbeitslosigkeit der Übergangszeit werde, so berichtet Susanne

plötzlich allein zu Hause zu bleiben. Die „Arbeitskollektive“ in den Betrieben seien ja auch haltgebende soziale Gruppen gewesen.

Viele der unter den Folgen von Beschäftigungslosigkeit Leidenden finden sich auch in den Selbsthilfegruppen Suchtkranker (vor allem Alkoholiker) oder den Gruppen für Menschen mit seelischen Schwierigkeiten. Depressive Menschen und solche mit Erbstörungen haben sich in eigenen Gruppen zusammengefunden. Wie im Westen gibt es aber auch viele Gruppen für chronisch körperlich Kranke, zum Beispiel für Diabetiker, Allergiker, Rheumatiker, von Krebs oder Schlaganfall Betroffene, auch Gruppen von Eltern behinderter Kinder existieren.

Der anfängliche Gründungsschwung brachte vor allem Interessengemeinschaften und große Vereine hervor. Sie schlossen sich nach der deutschen Vereinigung den Verbänden in den westlichen Bundesländern an oder wurden wieder aufgelöst, weil sich herausstellte, daß alte Kader hier versucht hatten, ihr Schäfchen ins Trockene zu bringen. Jetzt aber beobachten die Mitarbeiter der im Westen Berlins ansässigen „Nationalen Kontakt- und Informations-

stelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKO) zu kleinen Gesprächsgruppen jetzt viele derer Zuflucht, die Umwälzungen in den neuen Bundesländern, isoliert, überfordert, „enttäuscht“ Revolutionärbewegungen finden sich Über mehr als ein Dutzend oder im Entstehen befindlichen Selbsthilfegruppen im Osten Deutschlands schon Auskunft zu geben. Zwar wohlwollende Unterstützung, aber alle zu kämpfen, wie man selbst: um Räume, um das nötigste Geld.

Die „Verkrüppelung der staatlichen Förderung der Selbsthilfe und der Unmündigkeit der alten Bürger einmal genannt, fälschlicherweise nicht ganz können es sogar von K-

eine junge Kindergärtnerin, jetzt in kunsttherapeutischer Zusatzausbildung. Sie hat das Ziel, später auf einer Kinderkrebstation zu arbeiten. Vor drei Jahren erkrankte sie an Krebs – da war sie neunzehn –, drei Operationen, Chemo- und Strahlentherapie hat sie hinter sich.

„Die medizinische Sache, das klappte ja aber ansonsten war man mit allem allein gelassen. Ich denke oft, daß die Ärzte den Ganzen sehr hilflos gegenüberstehen, daß sie da selber mit der Psyche nicht ganz zu recht kommen. Es hat kein Arzt mal die Zeit gehabt, sich ans Bett zu setzen und zu sagen: Komm, jetzt reden wir mal miteinander. Sie waren immer froh, wenn sie die Tür wieder zu hatten, hinter sich ...“ sag die junge Frau. Nun reden sie miteinander in jener Gruppe Gleichbetroffener, die Antje per Zeitungsannonce zusammen brachte und die sich durch den „Buschfunk“ immer noch vergrößert. Sie ist die Jüngste, das älteste Mitglied ist 64 Jahre alt. Eine Teilung, vielleicht nach Alter, auch eine Vereinsgründung (wegen der Steuervorteile für Spender) und ein Telefondienst sind im Gespräch. Ab dazu brauchen sie einen eigenen Raum. I dem Klub, in dem sie sich jetzt treffen

DIE BUNDESMINISTERIN FÜR FAMILIE UND SENIOREN

Selbsthilfe und Initiative – Verein zur Förderung der Selbsthilfe – SEIN e.V.
z.H. Frau Wagner
Haus der Gesundheit
Karl-Marx-Allee 3

O-1020 Berlin

Sehr geehrte Frau Wagner,

wie Ihnen bereits bekannt ist, sind Sie als Teilnehmer des Modellprogramms „Förderung sozialer Selbsthilfe in den neuen Bundesländern“ ausgewählt worden.

Ich beglückwünsche Sie dazu und verbinde damit meine Wünsche auf eine gute Zusammenarbeit und einen erfolgreichen Verlauf des Modellprogramms.

Zu Ihrer Unterstützung wird schon bald eine gemeinsame Tagung mit allen Teilnehmern am Modellversuch und der wissenschaftlichen Begleitung stattfinden, wobei die Programmatik und der Stand der Anlaufphase des Modellprogramms erörtert werden sollen.

Eine Kopie meines Schreibens an den Oberbürgermeister Ihrer Stadt füge ich zu Ihrer Information als Anlage bei.

Mit freundlichen Grüßen

Hannelore Rönisch
Hannelore Rönisch

Ausgabe-Nr.
November 1993

1

SELBSTHILFE UND INITIATIVE

SEIN e.V.

Das
SELBSTHILFE-JOURNAL
für Berlins Mitte

5300 BONN 1, -4.12.91
POSTFACH 12 06 09
FERNRUUF (0228) 306-24 00 / 24 01
DIENSTSTRAßE 140
BONN-BAD CODESBERG

Eingang 6.12.91

PROGRAMMABLAUF

- 15 UHR ERÖFFNUNG DURCH DEN VORSTAND VON SEIN E.V. UND DIE ZUWENIGSTENBEI DER SENATSWERKSTÄTTE FÜR SOZIALES DES LANDES BERLIN UND BUNDESMINISTERIN FÜR FAMILIE, SENIOREN, FAMILIE UND JUGEND
- ANSCHLIEßEND SELBSTHILFE-MARKT
SELBSTHILFEGRUPPEN STELLEN SICH VOR
- 16 UHR JUBILÄUMS-TALK
IMPULSREFERAT:
JÜRGEN MATZAT - VORSTANDSGLIED DER DEUTSCHEN ARBEITS-
GEMEINSCHAFT SELBSTHILFEGRUPPEN E.V. GIESSEN
- GÄSTE:
FRAU DR. FUHRMANN - GRUPPENLEITERIN IM REFERAT FÜR
SELBSTHILFE DER SENATSWERKSTÄTTE FÜR SOZIALES DES LANDES BERLIN
VERTRETER DES BEZIRKSAMTES MITTE (ANGEFRAGT)
KARIN STÖTZNER - LEITERIN SEKIS BERLIN
INGO BECKER - WISS. MITARBEITER DES INSTITUTS FÜR
SOZIALWISSENSCHAFTLICHE ANALYSEN UND BERATUNG KÖLN
JÜRGEN HAHN - GRÜNDUNGSMITGLIED VON SEIN E.V.
GERHARD SCHMIDT - MITGLIED DER SELBSTHILFEGRUPPE
„HERZ-KREISLAUF-ERKRANKUNGEN“
- MODERATION:
KLAUS BALKE - WISS. MITARBEITER DER NAKOS (NATIONALE
KONTAKT- UND INFORMATIONSSTELLE ZUR ANREGUNG UND UNTERSTÜTZUNG
VON SELBSTHILFEGRUPPEN)
- 17 UHR URAUFFÜHRUNG UNSERES VIDEOS
GRUSSWÖRTE:
HELGE TRIMPERT - FILMMACHER
JAN GLIDEMEISTER - REFERENT FÜR MARKETING UND
GESUNDHEITSPRÖMOTION DES ICK-LANDESVERBAND BERLIN-BRANDENBURG
- 18 UHR KONTAKTSTELLEN-JUBILÄUMS-FEST
MIT SPEIS UND TRANK UND TANZ BEI LIVEMUSIK -
KAFEEHAUSMUSIK VON HOT AMARETTO



1990 Gründung des Vereins SEIN e. V. – Verein zur Förderung der Selbsthilfe und Initiative e. V.
Eröffnung der ersten Selbsthilfekontaktstelle im Ostteil Berlins im Haus der Gesundheit am Alexanderplatz mit einem Büro und einem Gruppenraum
Betreiben der Kontaktstelle durch eine hauptamtliche und ehrenamtliche Mitarbeiter_innen des Vereins SEIN e. V.
Förderung durch den Magistrat zu Berlin (Verwaltung in Ostberlin)

1991 Vernetzung der bestehenden Selbsthilfegruppen im Ostteil der Stadt durch ein Gesamtgruppentreffen
Aufbau von neuen Selbsthilfegruppen und Verbreitung des Selbsthilfegedankens in Ost-Berlin
Einrichten einer ABM-Stelle (Arbeitsbeschaffungsmaßnahme)
Veranstaltung „Psychische Folgen der Wende“
Bewerbung für das Modellprogramm des Bundesministeriums für Familie und Soziales „Soziale Selbsthilfe in den neuen Bundesländern“ und Beginn dieses Modellprogrammes im Dezember für 5 Jahre

1992 Umzug in das AOK-Gebäude in der Rungestr. 3 – 6, Berlin-Mitte, damit standen ein Büro und zwei Gruppenräume zur Verfügung
Aufbau neuer Selbsthilfegruppen und Bekanntmachen des neuen Standortes im Altbezirk Mitte
Auslaufen der ABM-Stelle, dafür eine Personalstelle mehr durch das Bundesmodellprogramm
Wissenschaftliche Begleitforschung, Arbeits- und Weiterbildungstreffen sowie ein Partnerprogramm mit dem Selbsthilfezentrum München durch das Bundesmodellprogramm

1993 Verorten der Kontaktstelle im sozialen Netzwerk des Stadtbezirkes Alt-Mitte
Zusätzliche halbe Personalstelle durch die Förderung der Senatsverwaltung für Soziales
Im September Eröffnung der KIK – Kontakte-Information-Kommunikation, Kontaktstelle für Selbsthilfe im Prenzlauer Berg durch den HVD – Humanistischen Verband Deutschlands, Landesverband Berlin e. V. mit zwei Gruppenräumen und einem Büro in der Gleimstr. 28, Berlin-Prenzlauer Berg und 1,5 Personalstellen

1994 Veranstaltungsreihe bei SEIN e. V. zum Thema „Phobien“

Aufbau eines Projektezusammenschlusses von Selbsthilfeinitiativen zur Nutzung von gemeinsamen Räumen für Beratungsangebote und Austausch, dadurch mehr Raumbedarf, aber auch durch das Anwachsen der Anzahl von Selbsthilfegruppen

Ein zusätzlicher Projekteraum und ein Gruppenraum ab Mitte des Jahres

KIK – Vernetzungen im Bezirk und berlinweit mit Beratungsstellen, dem Gesundheitsamt Prenzlauer Berg und den anderen Projekten und Einrichtungen des Trägers HVD

1995 Selbsthilfeforum mit der wissenschaftlichen Begleitforschung ISAB, Vertreter_innen des Bezirksamts Mitte, der Senatsverwaltung, der Krankenkassen und Mitgliedern aus Selbsthilfegruppen zum Thema „Die Zukunft der Selbsthilfe im Stadtbezirk Mitte“

5-jähriges Bestehen von SEIN e. V. mit einer Feier und einem Symposium mit Vertretern der Senatsverwaltung, der Begleitforschung ISAB, der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Selbsthilfegruppen - DAG SHG und Selbsthilfegruppen

Produzieren des Videos „Für mich selber ist es wichtig“, das zeigt, wie Selbsthilfegruppen funktionieren (finanziert durch die IKK)

KIK – Teilnahme an den Gesundheitstagen im Prenzlauer Berg in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt

KIK – viele neue Selbsthilfegruppen im Sucht- und Gesundheitsbereich

1996 Versenden von bundesweit mehr als 300 Exemplaren des Videos

Auslaufen des Bundesmodellprogrammes und damit verbundene finanzielle Einschränkungen wie weniger Mittel für Räume, Honorare und eine Personalstelle

Abschlussstagung Bundesmodellprogramm

Berlinweite Veranstaltungsreihe „Aktiv in jedem Alter“

Beginn der Beteiligung von Selbsthilfegruppen an der Finanzierung

KIK – erste Förderung durch Krankenkassen (DAK)

KIK – regelmäßige Fotoausstellungen

1997 Überlegungen der Senatsverwaltung zur Gründung von Stadtteilzentren bestehend aus Nachbarschaftszentren, Selbsthilfekontaktstellen und Freiwilligenagenturen, außerdem Diskussionen über Einsparungen durch Zusammenlegungen von sozialen Einrichtungen aufgrund der anstehenden Bezirksreform
Senatsverwaltung beschließt Zusammenlegung von KIK und SEIN e. V. mit Nachbarschaftshaus Schönhauser e. V., dabei ist die Senatsverwaltung davon ausgegangen, dass die Bezirke Mitte und Prenzlauer Berg zusammen gelegt werden könnten
Im Oktober steigt das Nachbarschaftshaus Schönhauser e. V. aus und das ganz nahe gelegene Nachbarschaftshaus Pfefferwerk springt ein
Beginn der regelmäßigen finanziellen Förderung der Selbsthilfekontaktstellen durch die Krankenkassen (VdAK)

1998 Umzug der beiden Kontaktstellen KIK und SEIN e. V. in die Fehrbelliner Str. 92, Berlin-Prenzlauer Berg
Aus KIK und SEIN e. V. wird KIS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe mit zwei Personalstellen
Die allermeisten Gruppen ziehen mit an den neuen Standort
Bauliche Veränderungen sind erforderlich
Die Übergangsregelungen durch die Baustelle nehmen die Selbsthilfegruppen in Vorfreude auf die drei neuen Räume und die Nutzung der Terrasse in der dritten Etage geduldig hin
Gründung des Stadtteilzentrums „Am Teutoburger Platz“
Nutzerbefragung

1999 Ansiedeln neuer Gruppen, vor allem die sogenannten 12-Schritte-Gruppen und Eltern-Kind-Gruppen entdecken die neuen Räume
Gründung Projektverbund PRO:VIEL aus bestehenden Selbsthilfeinitiativen, die Beratungen und vermehrt Öffentlichkeitsarbeit anbieten
Konzeption für den OhneSchuheRaum – ein Raum für Gruppen und Kurse, die Bewegungsspielraum brauchen
Die bei uns angesiedelte Selbsthilfeinitiative OneByOne beginnt mit der Erforschung der Geschichte des Hauses Fehrbelliner Str. 92, das von 1910 bis 1942 ein jüdisches Kinderheim war

2000 Beim Einzug in den neuen Standort hat eine Notlösung dafür gesorgt, dass das Haus behindertengerecht ausgestattet war, indem ein Treppenlift und ein Behinderten-WC für die erste Etage eingebaut wurde. Nun bekam das Haus einen Aufzug, womit alle Etagen für alle Nutzer_innen zugänglich sind

Der OhneSchuheRaum ging in Betrieb

2001 Zum Jahresbeginn wurde die Bezirksgebietsreform eingeführt, aus 18 Bezirken entstanden 12 Großbezirke, das bedeutete für uns, dass sich unser Einzugsgebiet von Prenzlauer Berg und Mitte nur noch auf den Prenzlauer Berg konzentrieren sollte

Die Gruppenräume waren ab dieser Zeit ab den frühen Abendstunden und auch am Vormittag vollständig belegt

In der Etage der Selbsthilfekontaktstelle wurde ein Behinderten-WC eingebaut

2002 war das Jahr der Diskussionen über Einsparungen durch die Senatsverwaltung, Streichung von Förderungen und Konzentration der Selbsthilfekontaktstellen auf die neuen Großbezirke;

es waren viele unterschiedliche Konzepte und Ansätze unterwegs

Seit 2002 ist KIS Initiativvertreterin im Gesunde-Städte-Netzwerk

Erste eigene Website www.kisberlin.de

2003 trat die neue Regelung in Kraft, dass es pro Großbezirk nur noch eine Selbsthilfekontaktstelle geben wird

Für uns als erste modellhaft zusammengelegte Selbsthilfekontaktstelle mit zwei Trägern

bedeutete das einen weiteren finanziellen Einschnitt; SEIN e. V. fiel als Träger weg und der HVD -

Humanistischer Verband Deutschlands, Landesverband Berlin e. V. ist seitdem der alleinige Träger der KIS

Eine weitere Neuregelung war, dass auch die Selbsthilfekontaktstelle Gesindehaus Buch (Träger Albatros gGmbH) keine Förderung bekam und die KIS mit 1,5 Personalstellen für den gesamten

Großbezirk Pankow in allen Dingen der Selbsthilfe verantwortlich ist

„DIE WÜRDE DES MENSCHEN IST UNANTASTBAR“

WEITER LEBEN MIT DER GESCHICHTE



NEIN zu Rechtsextremismus, Rassismus und Antisemitismus

Eine Initiative des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes und der Stadtteilzentren in Berlin



Netzwerkstelle (moskito)



07.09.2007 | 19 Uhr
„Begegnung mit Zeitzeugen“

Sechs Zeitzeugen aus Israel, USA und Deutschland erinnern sich an die Zeit, in der sie als Kinder und Jugendliche mit dem jüdischen Kinderheim verbunden waren.

Anschließend wird die neue Fotoausstellung vom Leben im jüdischen Kinderheim durch Bildtafeln über die Lebenswege der anwesenden Zeitzeugen feierlich eröffnet.

08.09.2007 | 12-18 Uhr
09.09.2007 | 11-16 Uhr
„Tag des Offenen Denkmals“

In dem 1864 erbauten Haus befand sich 1910 -1942 das Kinderheim mit Kindergarten, Hort und Lesestube des Jüdischen Kinderheims e.V.. Zu besichtigen ist auch eine Fotodokumentation des Fotografen Abraham Pisarek, der zwischen 1934 und 1936 die Kinder des Hauses und ihre Betreuerinnen fotografiert hat.

Veranstaltungen

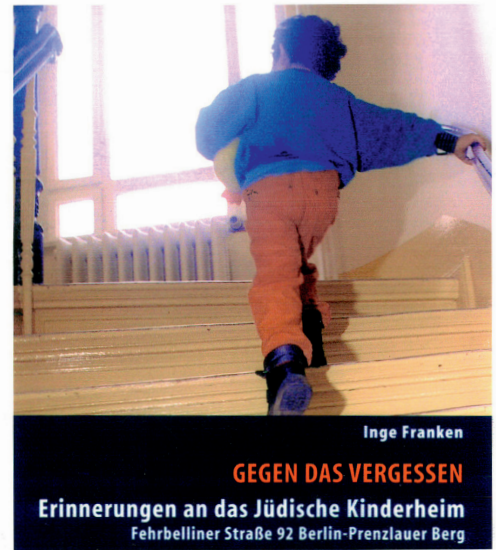
08.09.2007 | 14 und 16 Uhr
09.09.2007 | 11 und 14 Uhr
„Führung durchs Haus“

Inge Franken, die Autorin des Buches „Gegen das Vergessen“ über die Geschichte des jüdischen Kinderheimes und das Schicksal seiner Bewohner, wird zusammen mit den eigens dafür angereisten ehemaligen Bewohnerinnen und Bewohnern Führungen durch das Haus zu machen.

Stadtteilzentrum
Teutoburger Platz



Fehrbelliner Str. 92
10119 Berlin
Telefon: 0 30 / 4 43 71 78
0 30 / 4 43 43 17



Inge Franken

GEGEN DAS VERGESSEN

Erinnerungen an das Jüdische Kinderheim
Fehrbelliner Straße 92 Berlin-Prenzlauer Berg

Anlässlich des Auschwitzbefreiungstages laden wir ein zur Vorstellung und Lesung des umseitigen Buches
am Freitag, dem 28. Januar 2005 um 19 Uhr ins
Stadtteilzentrum „Am Teutoburger Platz“
Fehrbelliner Str. 92, 10119 Berlin, Aktionsraum

Selbsthilfegruppe
„One by One“

Stadtteilzentrum
„Am Teutoburger Platz“



Regina Steinitz und Ruth Malin

geb. Anders

Zeitzeuginnen

geboren 1931

„Im Kinderheim versuchte man, uns von der Außenwelt abzuschnüren, wofür wir ewig dankbar sein werden.“ – Ruth Malin

Nach dem Tod der Mutter kamen die Zwillingsschwester Ruth und Regina Anders im Februar 1940 ins Kinderheim in der Fehrbelliner Straße 92 und wohnten dort bis zur Schließung 1942. Es herrschte zwar Ordnung und Disziplin, aber Ruth und Regina erlebten vor allem Hilfe, Trost und Geborgenheit.

Die Familie der Mutter, die nach der Hochzeit ihren Mädchennamen beibehielt, war nicht jüdisch, was ihnen letztlich das Leben rettete. Die Schwestern lebten bis Kriegsende in ständiger Unsicherheit und Todesangst. Ruth und Regina wohnen heute in Israel und sind freundschaftlich verbunden, nicht zuletzt aufgrund unserer Auseinandersetzung mit der Geschichte des ehemaligen jüdischen Kinderheimes und dem Gedenken an ihre ermordeten Freundinnen.

Viele Geschichten aus der Zeit im Heim und ihren Überlebenskampf erzählen beide Schwestern in Inge Franken Buch „Gegen das Vergessen“.

2004 wurde ein Kooperationsvertrag mit dem Gesindehaus Buch geschlossen, um die Selbsthilfe im Norden Pankows zu unterstützen, da die KIS am südlichen Rand des Großbezirkes ansässig war. Zu diesem Zeitpunkt sind die Räume der KIS vollständig, sowohl tagsüber als auch am Wochenende, ausgebucht.

2005 Renovierung aller Räume

Der Paritätische Wohlfahrtsverband, der nun die Verwaltung der Fördermittel für die Stadtteilzentren übernommen hatte, schloss mit allen Selbsthilfekontaktstellen Zielvereinbarungen ab.

2006 Das Stadtteilzentrum beteiligt sich mit der Geschichte des Hauses als jüdisches Kinderheim erstmals am Tag des Offenen Denkmals.

2007 Veranstaltungsreihe zum Thema „Demokratie“ in Zusammenarbeit aller Pankower Stadtteilzentren; Höhepunkt war dabei eine Veranstaltung, in der sich Zeitzeugen aus Israel, USA und Berlin an die Zeit im jüdischen Kinderheim erinnerten.

Dazu wurde eine Fotoausstellung mit Fotos über das Leben im Kinderheim eröffnet.

Die Idee, einen zweiten Standort in der Mitte Pankows zu installieren, wird konkret.

Gemeinsam mit den Trägern Bürgerhaus e. V. und dem Frei-Zeit-Haus Weißensee e. V. soll in Alt-Pankow ein neues Stadtteilzentrum entstehen, die Mittel dafür werden aus dem Europäischen Sozialfonds EFRE beantragt.

Die Sanierung des Hauses in der Schönholzer Str. 10 in Berlin-Pankow beginnt.

2008 Die Website der KIS wird mit der Website des Trägers HVD verknüpft und kann nun mit dem Redaktionssystem Drupal selbstständig aktualisiert werden.

Fördermittel-Antrag beim Europäischen Sozialfonds EFRE für den neuen Standort.

Die geplante Eröffnung des neuen Stadtteilzentrums muss verschoben werden, da auf der Baustelle der gemeine Hausschwamm entdeckt wurde.

EFRE-Finanzierung beginnt trotzdem, dadurch gibt es eine 0,75 Personalstelle zusätzlich zur Vorbereitung des neuen Standortes.



Robina Baum und Daniel Pilgrim unterstützen Selbsthilfegruppen in der KIS. Bernhard präsentiert den Wegweiser mit ihnen gemeinsam, weil er gute Erfahrungen mit seiner Selbsthilfegruppe machte.

Foto: BW

Wegweiser zum Thema Selbsthilfe

Übersicht über alle Pankower Gruppen

Lebendige Marktplatz-Atmosphäre beim Selbsthilfemarkt im St. Hedwig-Krankenhaus



Reges Treiben an den Informationsständen



Entspannung pur bei der fernöstlichen Heilmethode Jin Shin Jyutsu



16

v. l. n. r.: Robina Baum (KIS Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow-Prenzlauer Berg), Sibylle Kraus (Leiterin Therapeutische Dienste – Somatik – St. Hedwig Kliniken Berlin), Birgit Sowade (Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungsstelle Mitte StadtRand gGmbH), Axel Anders (Sozialarbeiter PUK Charité im St. Hedwig-Krankenhaus) und Kerstin Brandhorst (KIS Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow-Prenzlauer Berg) sowie Mechthild Niemann-Mirmehdi (Leitung Therapeutische Dienste Psychiatrische Universitätsklinik der Charité im St. Hedwig-Krankenhaus) (nicht im Bild) haben den Selbsthilfemarkt im St. Hedwig-Krankenhaus auf die Beine gestellt

EINIGE STATEMENTS GEBEN DIE STIMMUNG DES NACHMITTAGS WIEDER:

„Eine lebendige Marktplatzatmosphäre mit bunter Mischung aus engagierten Selbsthilfevertretern, interessierten Patienten und Mitarbeitern.“

Janette Werner, Praktikantin im Sozialdienst

„Alles in allem hat es allen Beteiligten Spaß gemacht und wir wären gern bereit, beim nächsten Mal wieder mitzuwirken.“

PfarrerIn Cordula Sorgenfrei
Café Oase, Evangelische Seelsorgerin

„Es ist wunderbar, dass es in der Klinik die Möglichkeit gibt sich vorzustellen.“

Birgit Sowade und Kerstin Brandhorst
Selbsthilfe-Kontaktstellen KIS und StadtRand gGmbH

„Es war klasse! Ganz, ganz super! Ich habe Leute auf der Liege gehabt, die sich sonst im Leben nicht für Jin Shin Jyutsu interessiert hätten. Und durchgängig waren alle ganz angetan. Ein Mann, der spüren

Prenzlauer Berg. Die KIS Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe hat jetzt den ersten „Selbsthilfe Wegweiser“ für Pankow herausgegeben.

Selbsthilfegruppen sind eine wichtige Unterstützung bei der Bewältigung schwieriger Lebenssituationen. Betroffene sind manchmal für andere die besten Experten. Aber wo findet man im Bezirk die richtigen Selbsthilfegruppen. Das kann man jetzt in der neuen 62-seitigen Broschüre erfahren. Die beiden KIS-Mitarbeiter Robina Baum und Daniel Pilgrim übernehmen die Redaktion, Renate Henschel und Simona Barack recherchierten alle Beratungsangebote und Selbsthilfegruppen in Pankow. So entstand eine umfangreiche Auflistung von A wie Anonyme Alkoholiker bis Z wie Zöliakie. „Insgesamt 300 Angebote und Adressen haben wir in die Broschüre aufnehmen können“, berichtet Daniel Pilgrim.

In den Räumen der KIS Prenzlauer Berg treffen sich etwa 50 Selbsthilfegruppen. „Wir stellen den Gruppen Räume für Treffen zur Verfügung, helfen bei der Öffentlichkeitsarbeit und begleiten sie in der Gründungsphase“, sagt Daniel Pilgrim. In die Arbeit der einzelnen Gruppen wird allerdings nicht hineingeredet. Neben zwei Räumen für die Gruppentreffen steht in der KIS auch ein Bewegungsraum zur Verfügung. Dieser wird vor allem von den Gruppen genutzt, die mit Rollenspielen arbeiten. „Neben den Gruppenangeboten stehen wir für Einzelberatungen zur Verfügung“, so Pilgrim.

Der neue Wegweiser für Pankow ist in den bezirklichen Nachbarschaftshäusern in der Fehrbelliner Straße 92 und in der Schönholzer Straße 10 sowie in weiteren Sozialeinrichtungen des Bezirks erhältlich. BW

Weitere Informationen gibt es unter ☎ 443 43 17 und unter www.kisberlin.de.

2009 Sanierungsarbeiten in der Fehrbelliner Str. 92 mit einem Gerüst am Haus erschweren den Selbsthilfegruppen das Durchführen ihrer Gruppentreffen, einige Gruppen bekommen temporär Ausweichquartiere

Alle Selbsthilfegruppen kommen wieder zurück, allerdings kann der OhneSchuheRaum durch den Ausfall der Kurse nicht mehr finanziert werden, da er nicht über die Regelfinanzierung abgesichert ist
Eröffnung des Stadtteilzentrums in Pankow am 4. Juli 2009

KIS zieht in ein Büro und einen kleinen Gruppenraum ein, die großen Räume und das Café werden von allen Projekten des Hauses gemeinsam genutzt

Die Verwaltung der Fördermittel geht wieder zurück an die Senatsverwaltung

2010 Aufbau neuer Selbsthilfegruppen im STZ Pankow läuft langsam an

Die Zusammenarbeit der drei Projekte Nachbarschafts- und Familienzentrum, Freiwilligenagentur und KIS, um das Stadtteilzentrum bekannt zu machen, funktioniert sehr gut

Gemeinsame Website, Programmheft, Nutzung der Räume und Veranstaltungen wie z. B.

Gesundheitstag, Sommerfest, Ehrenamtstag

Tag der Stadtökologie im Stadtteilzentrum „Am Teutoburger Platz“

Beginn einer stabilen Zusammenarbeit mit Krankenhäusern

Regelmäßige Sprechzeiten im St. Hedwigs-Krankenhaus in Mitte gemeinsam mit der Selbsthilfekontaktstelle Mitte

Antrag auf Einrichten einer Beratungsstelle für Pflegende Angehörige

Start der KPE – Kontaktstelle für PflegeEngagement im Oktober mit Sitz im Stadtteilzentrum Pankow

2011 Plakat- und Postkartenaktion der KIS

Erster Selbsthilfewegweiser für Berlin-Pankow

Relaunch von www.kisberlin.de über das Portal des HVD

Die Gruppenräume im Prenzlauer Berg sind nach wie vor gut gefüllt, die Räume in Pankow füllen sich nun auch nach einer Anlaufphase

WER IST BERNHARD?



Präsentiert sein Leben als Drama, als spannende, überraschende Fortsetzungsgeschichte. Das macht Andere neugierig.

KIS Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow/Prenzlauer Berg

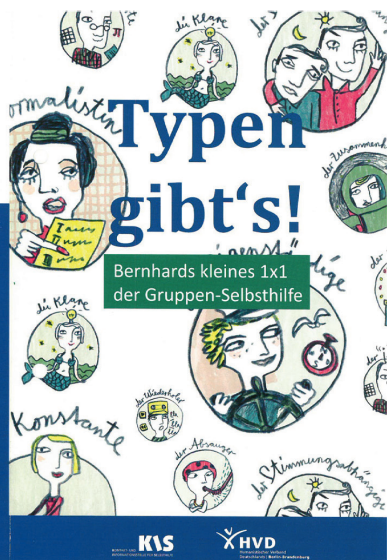
Im Stadtteilzentrum am Teubower Platz
Fehrbelliner Str. 92, 10119 Berlin
Tel: 030 4434-317

Im Stadtteilzentrum Pankow
Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin
Tel: 030 499870-910

kis@hvd-bb.de | www.kisberlin.de

KIS ist ein Projekt des HVD Berlin-Brandenburg e.V. und wird gefördert durch die Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales, durch Mittel des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung sowie durch die Krankenkassen.

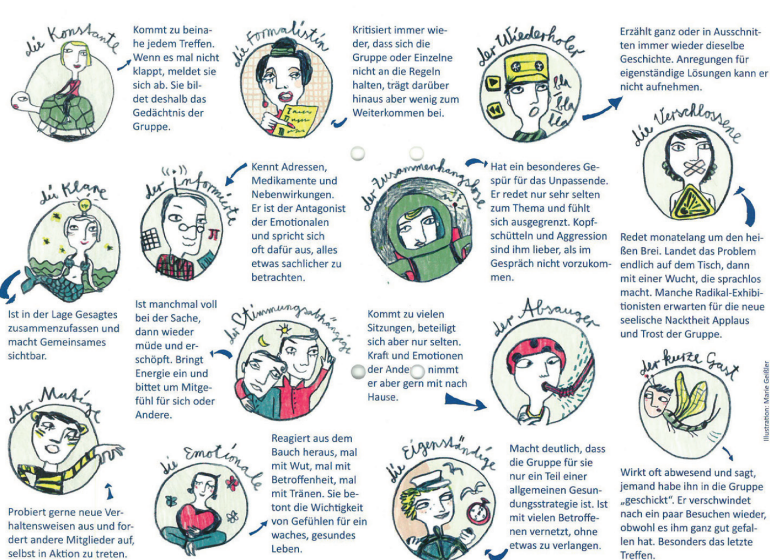
KIS
KONTAKT- UND
INFORMATIONSTELLE FÜR SELBSTHILFE



Bernhards kleines 1x1 der Gruppen-Selbsthilfe

KIS

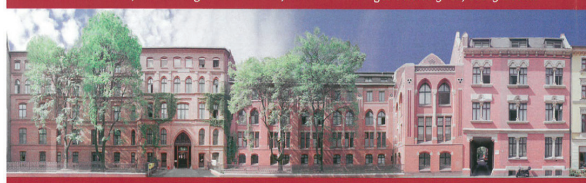
HVD



SELBSTHILFEMARKT IM ST. HEDWIG-KRANKENHAUS

in Kooperation mit den Selbsthilfekontaktstellen aus Mitte und Pankow

Mittwoch, 19. Juni 2019, 13.00 – 16.00 Uhr
am Kesselhaus, St. Hedwig-Krankenhaus, Große Hamburger Straße 5–11, 10115 Berlin



Folgende Selbsthilfegruppen und Initiativen stellen sich vor:

- /// Alzheimer Gesellschaft
- /// Angehörige psychisch Kranker (APK)
- /// Aspin – (Menschen im Autismusspektrum)
- /// DBT Borderline
- /// „Die Mäwen“ – die Bipolaren in der Mitte
- /// Emotion Anonymous (EA)
- /// Offener Treff mit Thema Angst und Depressionen
- /// Selbsthilfe bewegt – Sport gegen Depressionen
- /// Soziale Phobie
- /// Deutsche Gesellschaft für Muskelerkrankungen (DGM)
- /// Deutsche LCO – Stomatologen
- /// Deutscher Diabetesverband
- /// Morbus Crohn / Colitis Ulcerosa
- /// Al Anon Familiengruppen
- /// Anderes Leben e.V.
- /// Overeaters Anonymous (OA)
- /// V.A.L. – Verein für Alkoholfreies Leben
- /// Narcotic Anonymous (NA)
- /// Jin Shin Jyutsu
- /// Junge Selbsthilfe
- /// Selbsthilfe und Migration
- /// Selbsthilfe-Kontaktstellen Mitte und Pankow
- /// Kontaktstellen Pflegeengagement
- /// Cafe Oase
- /// TK Müllerstraße

Verkaufsfond
Tagesklinik Müllerstraße

mit
Live-Musik
Überrauschung

KONTAKT



Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungsstelle Mitte
Kontaktstelle Pflegeengagement Mitte
Stadtland eGmbH
» Birgit Sawade, Tel.: (030) 394 63 64, E-Mail: kontakt@stadtland-berlin.de



KIS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
Prenzlauer Berg / Pankow
» Katarina Schneider, Tel.: (030) 499 87 09 10, E-Mail: kis@hvd-bb.de



St. Hedwig-Krankenhaus Berlin
Sommer
» Sibylle Kraus, Tel.: (030) 23 11-22 85, E-Mail: s.kraus@alexianer.de
» Jessica Feist, Tel.: (030) 23 11-20 30, E-Mail: j.feist@alexianer.de
PJK Charité in St. Hedwig-Krankenhaus
» Mechthild Niemann-Mennelke, Tel.: (030) 23 11-29 08,
E-Mail: m.niemann-mennelke@charite.de
» Rebecca Bernsdorf, Tel.: (030) 23 11-20 53, E-Mail: r.bernstein@alexianer.de
» Henrike Hofland, Tel.: (030) 23 11-20 62, E-Mail: h.hofland@alexianer.de

Eine Veranstaltung im Rahmen der Aktion „Selbsthilfe-freundliches Krankenhaus“



Alexianer SELBSTHILFE-FORUM Nr.1

am 09. März 2016

13:00–16:00 Uhr



Region

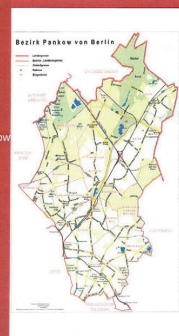
Pankow

/// Selbsthilfegruppen der Region stellen sich vor
Angehörige psychisch Kranker (APK e.V.)
Angehörige Alzheimer / Demenz Selbsthilfe
Angst-Panik Zwang
Berliner Organisation Psychiatrie-Erfahrener
und Psychiatrie-Betroffener (BOP&P e.V.)
Bipolar: Die Polarfüchse
Borderline: Grenzgänger e.V.
Herzkranken und Herzoperierte
Multiple Sklerose
Parkinson Selbsthilfe
Selbsthilfe Netzwerk Stimmenhören e.V.
Sucht-Reha: angefragt
KIS: Kontakt- und Infostelle für Selbsthilfe Prenzlauer Berg / Pankow
Selbsthilfe Weissenhof: Frei-Zeit-Haus e.V.

/// Peer-Beratung:
„Experten aus Erfahrung“ berichten
/// Ex-In-Erfahrungen:
aus verschiedenen Perspektiven
/// Genesungshelfer im klinischen Einsatz
/// Behandlungsvereinbarung treffen
/// Psychose-Seminar vorgestellt
/// Kunst im Krankenhaus: Ausstellung
„Eingefangene Momente“
/// Bibliothek
/// Aktionsprogramm

St. Joseph-Krankenhaus, Gartenstraße 1, 13088 Berlin
St. Alexius-Saal, Kontakt: h.pflug@alexianer.de

www.alexianer.de



2012 KIS wird nun auch in den sozialen Medien Facebook und Twitter aktiv
Die Kontaktstelle PflegeEngagement (KPE) startet mit einer eigenen Sprechzeit in der KIS Prenzlauer Berg

2013 Durch das Auslaufen der EFRE-Fördermittel ist die Finanzierung für zwei komplette Standorte nicht mehr aufrechtzuerhalten; die Senatsverwaltung drängt zur Aufgabe eines Standortes
Es entfällt eine 0,75 Personalstelle
Engagement um den Erhalt von beiden KIS Standorten
KUNST:KÖNNEN – Gemeinsames Fotoprojekt mit Tandem BTL gGmbH für Menschen mit und ohne Behinderung

2014 Umzug des Büros aus Prenzlauer Berg ins Stadtteilzentrum Pankow
Aufgabe der Selbsthilfeeitage im Prenzlauer Berg, Erhalt eines Gruppenraumes an diesem Standort, aber keine Mitarbeiter_innen vor Ort
Ein großer Teil der Gruppen bleiben im Prenzlauer Berg, einige Gruppen lösen sich auf, ein paar wenige Gruppen ziehen mit nach Pankow
In Pankow kann die KIS zusätzlich einen großen Gruppenraum anmieten
Broschüre „Methoden und Konzepte der Jungen Selbsthilfe“
Erstes Halbjahresprogramm der KIS
Ständige Mitarbeit im Klinikbeirat im St. Josefs-Krankenhaus in Weißensee
Regelmäßige Zusammenarbeit mit der Selbsthilfebeauftragten des St. Josefs-Krankenhauses
5 Jahre Stadtteilzentrum Pankow

2015 Durch die verstärkte Nachfrage nach Selbsthilfegruppen zum Thema Angst und Depression entsteht der Offene Treff zu diesem Thema, in dem Mitglieder aus bestehenden Gruppen Interessierte dazu beraten
Versuch von Mitgliedern aus Selbsthilfegruppen ein Selbsthilfe-Wohnprojekt für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung zu gründen scheitert
Aufbau der Zusammenarbeit mit Tageskliniken
Nutzerbefragung
Neues Corporate Design des HVD – alle KIS-Publikationen sollen zukünftig im neuen Format erscheinen

Aus eigener Kraft

Wege der Selbsthilfe bei Depressionen und Ängsten

Buchbesprechung

Aus eigener Kraft

Wege der Selbsthilfe bei Depressionen und Ängsten

Der „Offene Treff“ der KIS in Pankow hat eine lesenswerte Broschüre zum Thema Selbsthilfe bei Depressionen und Ängsten herausgebracht und präsentiert sie im Rahmen einer Lesung mit musikalischer Begleitung in Moabit.

Von Nadja Bentz

Der Feierabendverkehr dröhnt auf der Perleberger Straße, als die Kirchenglocken gegenüber der Kontaktstelle „Stadt-Rand“ sechs Uhr und damit den Beginn der Veranstaltung einläuten.

Etwa fünfzehn Gäste kann Birgit Sowade – die Leiterin der Kontaktstelle – begrüßen. Sie sind gekommen, um sich eine Lesung zum Thema Depressionen anzuhören – genauer: zum Thema Selbsthilfe bei Depressionen. Und das macht den Abend auch so besonders.

Es ist viel geschrieben worden über Depressionen. Medizinisch, psychologisch, populärwissenschaftlich und literarisch – also es besteht kein Mangel an Material, um sich ein Bild von dieser schweren Erkrankung zu machen.

Aber an diesem Abend geht es um den Umgang mit ihr und um die konkreten Wege, die persönlich Betroffene gehen, um ein Leben mit der Erkrankung und auch aus

Ängste abzuschwächen. Die wesentlichste Verbesserung erzielte sie dann durch Aufnahme einer ehrenamtlichen Tätigkeit. Seit 2015 pflegt sie den Garten des Kinderhospizes Sonnenhof und ist Teil des Teams geworden. Die Anerkennung und Bestätigung, die sie dort erfährt, ist mehr wert als irgendeine finanzielle Entlohnung. Unbezahlbar ist das wiedergewonnene Selbstwertgefühl, das Empfinden, etwas Wertvolles zu tun, etwas,

vorbei. Er sei einfach erstaunt, dass ein Abend über ein so schweres Thema soviel Freude gemacht hat, sagt der eingeladene Herr Fronhöfer von der AOK, die den Druck der Broschüre gesponsert hat und dem Nicole Witte nach der Lesung zum Dank Blumen überreicht.

Am Schluss ergreift Gastgeberin Birgit Sowade noch einmal das Wort und entlässt Gäste und Vortragende zu einem Umtrunk in das Café der Kontaktstelle und der Abend klingt mit guten Gesprächen aus.

Für 2017 sind weitere Lesungen geplant, auf die man



das sie nicht überfordert und sich freuen kann, denn bei all



**SELBSTHILFE
FESTIVAL**

SAMSTAG 4. AUGUST 2018

Persönliche Begegnungen und kulturelle Highlights

14 - 18 UHR | TEMPELHOFFER FELD
EINGANG COLUMBIADAMM



**DER LAUF
MARKT**

FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT

FREITAG 3. AUGUST 2018

Mit Drum Circle sowie Kinder- und Kulturprogramm

15 - 21 UHR | TEMPELHOFFER FELD
EINGANG COLUMBIADAMM

2016 Broschüre „Aus eigener Kraft“ – Mitglieder aus Selbsthilfegruppen berichten über ihre persönlichen Wege im Umgang mit Depressionen und Ängsten – gefördert von der AOK Nordost

Regelmäßiges Vorstellen des „Offenen Treffs bei Angst und Depression“ in Tageskliniken und Kliniken im Großbezirk Pankow
Interkulturelles Picknick im Bürgerpark als Willkommensbeitrag für Geflüchtete

Berlinweites Selbsthilfefestival auf dem Tempelhofer Feld
Ausbau des Seitenflügels auf dem Gelände des Stadtteilzentrums Pankow für eine Senioren-Begegnungsstätte und deren Integration ins STZ Pankow
Neugestaltung der HVD-Internetseite

2017 Dritte stark überarbeitete Ausgabe des Selbsthilfegewegweisers für den Großbezirk Pankow mit breiter Versandaktion an professionelle Helfer_innen im Großbezirk Pankow
Projekt „SPiG- Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen“ – Ausbau der Zusammenarbeit mit Kliniken und anderen Gesundheitseinrichtungen – Selbsthilfe als starkes Element in der gesundheitlichen Versorgung verankern
Website wird umbenannt in www.kis-pankow.de

2018 Start des Pilot-Projektes „Selbsthilfe bewegt“ – ein Projekt, gefördert von der AOK Nordost, das Menschen mit vorwiegend psychischen Erkrankungen in Bewegung bringen möchte
Start Peer-Beratung – Expert_innen durch eigene Krisenerfahrung beraten psychisch Erkrankte
Personelle Aufstockung der KIS durch eine feste dritte Mitarbeiterin

Zweites berlinweites Selbsthilfefestival auf dem Tempelhofer Feld
„Offener Treff bei Angst und Depression“ erhält den Pankower Ehrenamtspreis

HVD – Humanistischer Verband Deutschlands wird als Körperschaft des öffentlichen Rechts anerkannt

2019 10-jähriges Jubiläum Stadtteilzentrum Pankow

Pankower Stadtteilzentren veranstalten eine Reihe, um über ihre Arbeit zu informieren

Stadtteilzentrum Pankow ist mit einer Filmreihe über Selbsthilfe dabei – Abschluss der Veranstaltungsreihe im Rathaus Pankow mit einem Selbsthilfe-Parcours

Broschüre „Selbsthilfe bewegt“

2020 Das Jahr ist geprägt von den Einschränkungen der Selbsthilfe durch die Corona-Pandemie

Gruppen können sich nicht in gewohnter Weise treffen

Ausbau virtueller Gruppentreffen

Aufstockung der Zuwendungen durch den Senat mit dem Ziel den Standort Prenzlauer Berg wieder auszubauen und die Kooperation mit der Selbsthilfe in Buch zu stärken

Erneute Kooperationsvereinbarung mit der

Selbsthilfekontaktstelle in Buch (Träger Albatros gGmbH)

Stadtteilzentrum „Am Teutoburger Platz“ wird umbenannt in Stadtteilzentrum Prenzlauer Berg



Stadtteilzentrum Pankow, Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin, www.stz-pankow.de





Standorte und Einzugsgebiete

Zeitraum

Standort

10/1990 – 03/1992

Haus der Gesundheit
Karl-Marx-Alle 3
1020 Berlin-Mitte

03/1992 – 01/1998

AOK-Gebäude
Rungestr. 3 – 6
10179 Berlin-Mitte

09/1993 – 01/1998

Gleimstr. 28
10437 Berlin-Prenzlauer Berg

01/1998 – 01/2014

Stadtteilzentrum Am Teutoburger Platz
Fehrbelliner Str. 92
10119 Berlin-Prenzlauer Berg

Ab 06/2009 2.Standort

Stadtteilzentrum Pankow
Schönholzer Str. 10
13187 Berlin-Pankow

Ab 01/2014
Umzug Beratungsstelle
ins STZ Pankow

Stadtteilzentrum Pankow
Schönholzer Str. 10
13187 Berlin-Pankow

Ab 01/2014
ein Gruppenraum

Stadtteilzentrum Am Teutoburger Platz
Fehrbelliner Str. 92
10119 Berlin-Prenzlauer Berg

Einrichtung/Träger

SEIN e. V./ SEIN e. V.

SEIN e. V./ SEIN e. V.

KIK/HVD

Zusammenlegung KIK und SEIN e. V. zu KIS

bis 2002 Doppelträgerschaft SEIN e. V. und HVD

ab 2003 nur noch HVD

KIS/HVD

KIS/HVD

KIS/HVD

Einzugsgebiet und Einwohnerzahl

Gesamter Ostteil der Stadt Berlin

1.270.000 Einwohner_innen

Gesamter Ostteil der Stadt Berlin

1.270.000 Einwohner_innen

ab 1993 Stadtbezirk Mitte

75.000 Einwohner_innen

Stadtbezirk Prenzlauer Berg

110.000 Einwohner_innen

bis 2001 Stadtbezirk Prenzlauer Berg und Berlin-Mitte

210.000 Einwohner_innen

2001 – 2003 Stadtbezirk Prenzlauer Berg

145.000 Einwohner_innen

ab 2003 Großbezirk Pankow, 370.000 Einwohner_innen

Vorwiegend Alt-Pankow

56.000 Einwohner_innen

Großbezirk Pankow

410.000 Einwohner_innen

Vorwiegend Prenzlauer Berg

165.000 Einwohner_innen



Projekte

1991 - 1996 Bundesmodellprogramm „Soziale Selbsthilfe in den neuen Bundesländern“
gefördert durch das Bundesministerium für Familie und Soziales

1992 - 1994 Partnerschaftsprogramm innerhalb des Bundesmodellprogrammes mit dem SHZ - Selbsthilfezentrum München

1995 Video „Für mich selber ist es wichtig“ – ein Einblick in die Arbeit von Selbsthilfegruppen
gefördert durch die IKK Berlin-Brandenburg

1998 - 2008 PRO:VIEL – ein Zusammenschluss von Selbsthilfegruppen und -initiativen, die Beratungen und gezielte Öffentlichkeitsarbeit anbieten, sich gegenseitig austauschen und gemeinsam einen Beratungsraum nutzen

2000 - 2009 OhneSchuheRaum – ein Extra-Raum für Körperarbeit
finanziert durch Kurseinnahmen

2006 Fotoausstellung über das Leben im jüdischen Kinderheim in der Fehrbelliner Str. 92 mit Originalfotos des jüdischen Theaterfotografen Abraham Pisarek
gefördert durch den DPW – Der Paritätische Wohlfahrtsverband Berlin

2010 - 2013 Sprechstunde im St. Hedwigs-Krankenhaus in Mitte
in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfekontaktstelle Mitte

2013 KUNST:KÖNNEN – gemeinsames Foto-Projekt mit Tandem BTL gGmbH für Menschen mit und ohne Behinderung gefördert durch Aktion Mensch

2014 Broschüre „Methoden und Konzepte der Jungen Selbsthilfe“

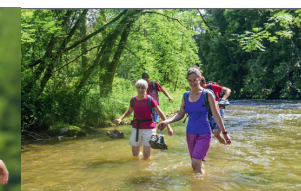
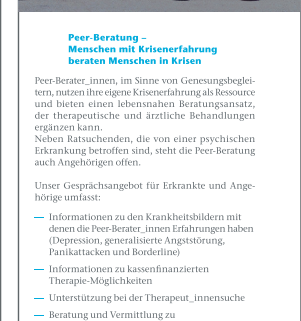
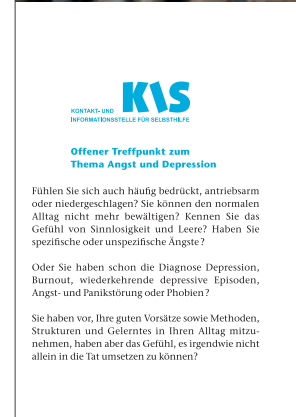
2015 Offener Treff zum Thema Angst und Depression – ein ehrenamtliches Projekt; Mitglieder aus bestehenden Gruppen beraten Interessierte zu den Möglichkeiten und Grenzen von Selbsthilfe bei Angst und Depression

2016 Broschüre „Aus eigener Kraft“ - Mitglieder aus Selbsthilfegruppen berichten über ihre persönlichen Wege im Umgang mit Depressionen und Ängsten gefördert von der AOK Nordost

2017 Start Projekt SPiG – Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen – den Selbsthilfegedanken mit praktischer Unterstützung zu den Patient_innen in Kliniken und medizinische Einrichtungen bringen gefördert durch die Krankenkassen

2018 - 2019 Pilotprojekt „Selbsthilfe bewegt“ – ein Projekt, das Menschen mit vorwiegend psychischen Erkrankungen in Bewegung bringen möchte gefördert von der AOK Nordost

2018 Start Peer-Beratung – Expert_innen durch eigene Krisenerfahrung beraten psychisch Erkrankte



Wir sind viele

Wir setzen uns auf der Basis von Toleranz, Selbstbestimmung und Solidarität für eine menschlichere Gesellschaft ein und vertreten als Weltanschauungsgemeinschaft die Interessen religionsfreier Menschen. Wir unterstützen den Staat bei der Bildung und Erhaltung eines Wertekanons, indem wir friedens-, rechts- und wertefördernd auftreten.

In Berlin und Brandenburg betreiben wir über 25 Kindertagesstätten, lehren das Schulfach Humanistische Lebenskunde und veranstalten die JugendFEIERn in der Region. In unseren Kinder- und Jugendeinrichtungen sowie unserem Jugendverband, den Jungen Humanist_innen, kümmern wir uns um die Anliegen der jungen Generation. Ferner bieten wir in zahlreichen sozialen Einrichtungen umfassende Beratung und Lebenshilfe an.

Mit mehr als 15.000 Mitgliedern, über 1.300 hauptamtlichen Mitarbeiter_innen und fast ebenso vielen ehrenamtlich Engagierten bieten wir Unterstützung für viele Menschen unabhängig von Nationalität, ethnischer Herkunft, Geschlecht, sexueller Orientierung oder Weltanschauung.

KIS ist ein Projekt des Humanistischen Verbandes Berlin-Brandenburg KdöR und Mitglied im Dachverband der Berliner Selbsthilfekontaktstellen, selko e. V.. KIS wird gefördert von der Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales und der Arbeitsgemeinschaft der Berliner Krankenkassen und Kassenverbände.

KIS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Stadtteilzentrum Pankow

Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

Unsere Sprechzeiten

Montag und Mittwoch: 15.00 - 18.00 Uhr

Donnerstag: 10.00 - 13.00 Uhr und nach Vereinbarung

Telefon: 030 49 98 70 910, E-Mail: kis@hvd-bb.de

www.kis-pankow.de, www.facebook.com/KISPankow.Berlin/

Impressum

Herausgeber

KIS – Kontakt- und
Informationsstelle für Selbsthilfe

Projektleitung

Katarina Schneider

Redaktion

Gertraude Wagner

Gestaltung

Iris Hurtmann

Geheuer – Visuelle Kommunikation

Fotografie

Titelfoto Uwe Bernhart

Seiten 2, 3, 7, 16, 22, 27, 28 Jörg Farys,
Die Projektoren – Agentur für
Gestaltung und Präsentation

Seite 3 Andrea Käthner-Isemeyer privat

Seite 7 oben rechts Coleman O'Regan

Seite 7 klein Feliks Wagner

Weitere Fotos und Dokumentations-
material aus dem Archiv der KIS

Auflage

250 Stück, Berlin Dezember 2020





Engagement