

Für Christiane Wenzl ist gesellschaftliches Engagement selbstverständlich:

„Es wird zu viel nur beklagt und zu wenig getan. Ehrenamtliches Engagement macht einen sensibler für das, was um uns herum passiert. Man erweitert seinen Horizont.“



Der Förderverein des SPZ

Träger der ehrenamtlichen Aktivitäten im SPZ ist der „Förderverein für psychisch kranke Mitbürger im Stadtbezirk Köln-Mülheim e.V.“. Ziel ist es, Vorurteile abzubauen, die Lebenssituation psychisch kranker Menschen zu verbessern und ihre Integration zu fördern.

Der Förderverein unterstützt die Arbeit des SPZ durch Finanzierung und Durchführung zusätzlicher Aktivitäten und Angebote.

Auch Sie können den Förderverein und sein Anliegen unterstützen, indem Sie Mitglied werden oder spenden. Wir sind gemeinnützig und dürfen Spendenbestätigungen für steuerliche Zwecke ausstellen.

Sie können aber auch einen Teil Ihrer Zeit mit psychisch kranken Menschen im SPZ verbringen, ihnen zuhören, mit ihnen reden, ihnen Verständnis und Vertrauen entgegenbringen. Sie selbst werden die ehrenamtliche Arbeit als persönliche Bereicherung erleben. Das belegen die Erfahrungen derjenigen, die sich bei uns engagieren.

Sie haben Interesse?

Das freut uns. Sie können

- sich ehrenamtlich im SPZ engagieren,
- unsere Arbeit durch eine Spende unterstützen
- oder Mitglied im Förderverein werden (Mitgliedsbeitrag 12 Euro/Jahr).

Ihre Möglichkeiten für ein ehrenamtliches Engagement im SPZ sind vielfältig. Sie können Ihre Erfahrungen, Interessen und Wünsche selbstverständlich einbringen und den Zeitrahmen Ihres Engagements selbst bestimmen. Kommen Sie doch einfach mal ganz unverbindlich beim 14-tägigen Sonntags-Treff von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr vorbei oder rufen Sie uns an!

Mehr Informationen

Förderverein für psychisch kranke Mitbürger
im Stadtbezirk Köln-Mülheim e.V.

c/o SPZ Köln-Mülheim

Klaus Marschall · Regentenstraße 48 · 51063 Köln

Telefon: (02 21) 9 65 59-12

E-Mail: kontakt@spz-koeln-muelheim.de

Internet: www.spz-koeln-muelheim.de

Bankverbindung: Sparkasse KölnBonn (BLZ 370 50198),
Kontonummer 98 92 142

V.s.d.P.: Klaus Marschall (SPZ); Text: Ludwig Janssen; Gestaltung:
www.nyenhuis-grafik.de; Fotos: Theo Gerhards (LVR)

Ehrenamtliches Engagement im
Sozialpsychiatrischen Zentrum

Bei uns sind sie richtig!



Förderverein für psychisch kranke Mitbürger
im Stadtbezirk Köln-Mülheim e.V.



Helga Schurr hat selber ehrenamtliche Hilfe in einer Selbsthilfegruppe erfahren, als ihr Mann psychisch krank geworden war. Davon möchte sie etwas zurückgeben:

„Psychisch kranke Menschen sind offen und direkt. Das finde ich sehr sympathisch und das macht die ehrenamtliche Arbeit im SPZ so leicht.“



Wolfgang Piepenstock hat bis zu seiner Pensionierung als Jurist Sozialarbeiter ausgebildet:

„Bei der ehrenamtlichen Arbeit im SPZ ist man denen nahe, die verletzlicher sind. Man begleitet sie ein Stück auf dem Weg und lernt dabei auch seine eigenen Grenzen kennen.“

Lisa Kahm erlebt ihr ehrenamtliches Engagement als Bereicherung ihres eigenen Lebens:

„Ich treffe viele außergewöhnliche und interessante Menschen. Von ihnen lerne ich, wie man sein Leben trotz schwieriger Umstände meistern kann.“



Ganz normal unter uns

Jeder kennt in seiner Familie, in seinem Freundeskreis oder in seinem Arbeitsumfeld einen Menschen, der psychisch erkrankt ist. Das ist nicht verwunderlich, denn Depressionen, Angsterkrankungen oder Psychosen sind weit verbreitet. Jeder vierte Mensch ist im Laufe seines Lebens kurzzeitig oder länger von einer psychischen Erkrankung betroffen.

Das Sozialpsychiatrische Zentrum (SPZ) in Köln-Mülheim ist eine wichtige Anlaufstelle für Menschen mit einer psychischen Erkrankung, aber auch für ihre Angehörigen, Nachbarn, Kollegen und Freunde. Neben Kontakt- und Freizeitangeboten finden sie hier Hilfe und Unterstützung bei allen Fragen der Erkrankung und der alltäglichen Lebensgestaltung, so dass die meisten Betroffenen ganz normal unter uns leben können.

Diese und andere professionelle Hilfen können jedoch nur erfolgreich sein, wenn das alltägliche Umfeld und psychisch Kranke ohne Vorbehalte miteinander umgehen.

Ehrenamtliches Engagement

Neben professioneller Unterstützung brauchen psychisch kranke Menschen vor allem ganz „normalen“ Umgang im Alltag. Dazu tragen ehrenamtliche Helferinnen und Helfer im Sozialpsychiatrischen Zentrum (SPZ) bei. Sie engagieren sich, weil sie selber psychisch kranke Angehörige haben, wegen ihres beruflichen Hintergrundes oder ganz einfach aus Interesse. Ihr Engagement kann durch professionelle Hilfe nicht ersetzt werden und ist ein wichtiger Bestandteil der Arbeit im SPZ.

Ehrenamtliche organisieren in Eigenregie seit mehr als zehn Jahren 14-tägig von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr den Sonntags-Treff im SPZ. Bei Kaffee und Kuchen oder einem Spiel findet sich leicht Kontakt. Der Sonntags-Treff ist ein wichtiger Bestandteil der Angebote im SPZ, den niemand mehr missen möchte. Abhängig von Interesse und Erfahrungen können Ehrenamtliche aber auch Kunst-, Sport-, Handwerks- oder Wandergruppen betreuen, im Internetcafé beraten, Freizeitangebote begleiten, Gesprächskreise anbieten sowie Feste, Lesungen oder andere Veranstaltungen organisieren.

Selbstverständlich werden sie auf ihre Arbeit vorbereitet und haben Ansprechpartner bei Fragen und Problemen.

Vorurteile abbauen

Psychisch kranke Menschen werden meist aus Unwissenheit als „Verrückte“ abgestempelt. Auch die Medien tragen dazu bei, indem sie ein Sensationsimage verbreiten. Erfährt das Umfeld von ihrer Erkrankung, wird häufig Abstand von ihnen genommen. Soziale Isolation und Benachteiligung bei der Arbeits- oder Wohnungssuche sind häufige Folgen.

Ohnedies ist es für die Betroffenen nicht leicht, mit ihrer Erkrankung umzugehen. Durch Vorurteile werden ihnen jedoch weitere Steine in den Weg gelegt. „Wir wollen dich hier so nicht haben“, wird ihnen oft signalisiert – eine Botschaft, die auch psychisch stabile Menschen tief verletzen und in die Isolation treiben kann.

Psychisch kranke Menschen sind nun einmal anders und ungewöhnlich, aber in der Regel nicht schwieriger oder gar gefährlicher als andere. Sie brauchen Normalität für ihre Gesundheit und um mit ihrer Erkrankung im Alltag umgehen zu können.

Sind sie richtig!