

Sehr geehrte Damen und Herren,

Mein Name ist Karin Lambrecht, ich bin die Vorsitzende des Vereins
„Arbeitsgemeinschaft für psychisch Kranke Lu e.V., freizeitclub 75.,
Seit 1975 Gruppe, ab1979 eingetragener Verein

ich freue mich sehr, dass ich heute die Gelegenheit habe unseren Verein freizeit club 75 vorzustellen; denn obwohl es uns als Verein schon seit 1979 gibt, scheint es mir immer wieder so, dass wir nicht so sehr bekannt sind.

Wir sind ein unabhängiger, rein ehrenamtlich geführter Verein, d.h. wir sind keiner Institution oder sonstigem Träger unterstellt, und die Menschen, die in unserem Verein Aufgaben übernehmen werden dafür auch nicht bezahlt.

Unser Verein ist entstanden aus der Erkenntnis heraus, dass es viele Menschen mit psychischen Erkrankungen, und psychischen Problemen gibt, über die zu sprechen sie Angst haben, weil sie befürchten, dass sie dann nicht mehr für voll genommen werden.

Bei uns können die Menschen über ihre Probleme sprechen, wenn sie das wollen, ohne zu befürchten, dass sie dann weniger Wert sind.

Es gibt inzwischen einige Möglichkeiten, die helfen, in beruflicher Hinsicht wieder auf die Beine zu kommen.

Der Schwerpunkt unseres Vereins ist der Freizeit-Bereich. Gerade im sog. Freizeitbereich fällt es den Menschen oft schwer wieder Kontakt zu anderen zu finden. Sich aber aus Unsicherheit und Angst in die eigenen 4 Wände bzw. ins Bett zurückzuziehen ist absolut kontraproduktiv. Einsamkeit verstärkt die Probleme eher.

Wenn ich aber weiß, da gibt es einen Ort wo Menschen sind, die ähnliche Probleme wie ich haben, fällt es vielleicht leichter den Schritt in die Öffentlichkeit zu wagen.

Mit unserem Angebot wollen wir in erster Linie einen Raum schaffen, in dem die Krankheit nicht im Mittelpunkt steht. Bei unseren Treffen wird auch über Krankheit gesprochen, aber mit der Betonung auf „auch“. Viele Gespräche kreisen um die gleichen Fragen, Ängste und Freuden, mit denen sich die Menschen in der Arbeit und in der Freizeit draußen in der Stadt beschäftigen.

- Zu uns kann jeder kommen, der nicht allein sein möchte und in irgendeiner Form Kontakt zu anderen Menschen sucht, ob er nun psychisch erkrankt ist oder nicht.
- Es ist in Ordnung, wenn Besucher nur kommen, um einen Kaffee zu trinken, ein paar Kekse zu knabern oder ein Rummikub Spiel zu machen.
- Es ist in Ordnung, wenn jemand kommt, sich hinsetzt und keinen Ton sagt, weil er vielleicht nur mal in Ruhe gelassen werden möchte.
- Es ist in Ordnung, wenn jemand mit einem großen Redebedürfnis kommt und sich einen geduldigen Zuhörer sucht.

- Es ist in Ordnung, wenn jemand kommt und nach 10 Minuten wieder geht, weil das vielleicht das Maximum ist, was er an Gesellschaft aushalten kann.
- Es ist in Ordnung, wenn jemand stundenlang dasitzt und seinen eigenen Gedanken nachhängt.
- Es ist in Ordnung, wenn jemand kommt und dringend ein Problem besprechen will, sei es in der Gruppe oder mit einer ganz bestimmten Person, doch das ist eher selten.
- Natürlich freuen wir uns sehr über jene Besucher, die den Club inzwischen als ihren Club betrachten und sich entsprechend bei Aktivitäten und Gespräche einbringen.

Und es ist unser Bestreben, einen Raum zu schaffen, den der Besucher als seinen Raum betrachten kann. So sind denn bei uns nicht nur Profis tätig beim Planen und Organisieren von Aktivitäten, beim Kaffee kochen und Geschirr spülen, sondern auch Betroffene und Angehörige.

Unser Verein bietet jeden Freitag von 18:00 – 21:00 Uhr und jeden 2.- 5.Sonntag von 15:00 – 17:00 Uhr, an sich zu treffen. Jede und Jeder kann kommen, ob psychiatriee erfahren oder Angehörige/r oder auch am Thema Interessierte/r, z.B. als Bürgerhelfer. Es ist nicht erforderlich Mitglied im Verein zu sein. Natürlich freuen wir uns, wenn Besucher, die uns eine Weile kennengelernt haben, Mitglied werden.

Treffpunkt ist unsere Vereinswohnung: Hartmannstraße 47, 67063 Ludwigshafen.

Unsere Aktivitäten erstrecken sich aber nicht nur auf die Treffen in der Hartmannstraße.

Wir machen auch Ausflüge zu kulturell interessanten Plätzen.

Z.B. Besuch im „Museum für Arbeit und Technik“ in Mannheim oder auch Besuch einer Musikveranstaltung, oder Besuch des Luisenparks.

Ideen unserer Besucher für Aktivitäten außerhalb unserer Vereinswohnung sind durchaus erwünscht und werden, wenn möglich, umgesetzt.

Eins unserer Highlights ist unsere jährliche Freizeit von 6 Übernachtungen, die an verschiedenen Orten stattfinden. Wir übernachten in sehr modernen Jugendherbergen und stellen ein Ausflugsprogramm zusammen. Die Teilnahme an den Ausflügen ist immer freiwillig. Wir erleben oft, dass die Teilnehmer an unserer Freizeit in eine bessere psychische Verfassung kommen.

Insofern ist unser Angebot auch immer eine Form von Selbsthilfe, gerade vielleicht deswegen, weil nicht nur von Krankheit gesprochen wird, sondern der Aspekt wieder Teilhabe am Leben im Vordergrund steht.

Sollte bei unseren Besuchern das Interesse entstehen eine strukturierte Selbsthilfegruppe zu gründen, so wäre auch das möglich.

Ich hoffe, ich habe Sie etwas neugierig gemacht. Besuchen Sie uns, wenn Sie wollen.

Ich danke Ihnen fürs Zuhören.