



Bei New Balance handelt es sich nicht mehr um einen Verein.

Die Krankheit Depressionen / Ängste bringt es leider mit sich, dass sich die Teilnehmer der Gruppen nicht in der Öffentlichkeit bewegen wollen. In den Gruppen selber soll auch keinerlei Öffentlichkeitsarbeit etc. gemacht werden, da viele Teilnehmer damit ein großes Problem haben. In den Gruppen geht es ausschließlich um die Probleme der Teilnehmer.

Die Aufgabe der Öffentlichkeitsarbeit, der Gründung von neuen Gruppen, Pressearbeit, Veranstaltungen, gemeinsame Aktivitäten und noch einiges mehr wurden von mir vorgenommen.

Sei Beginn des Jahres 2007 wird in den Gruppen **Themenarbeit** gemacht. Das bedeutet, dass Probleme von den Teilnehmern weggenommen werden und als Thema behandelt werden. Das hat den großen Vorteil, dass sich jeder Teilnehmer unabhängig von seinem eigenen Problem einbringen kann. Themen sind z.B. Überforderung, Trennung, Kränkungen, Tod, Eltern, Medikamente, Behandlungsmöglichkeiten aber auch Selbstwertgefühl, Ich kann was! und vieles mehr.

Zusammenfassend

Innerhalb eines Jahres / Start war März 2006 habe ich im Rems-Murr-Kreis – zunächst drei Gruppen, dann den Verein und anschließend weitere Gruppen gegründet.

Stand **12 / 2009** habe ich Gruppen in den Landkreisen

- Rems-Murr-Kreis
- Stuttgart
- Kreis Göppingen
- Kreis Böblingen
- Hohenlohekreis

gegründet!

2010 habe ich weitere Gruppen in den Landkreisen

- Ludwigsburg,
- Ostalbkreis
- Zollernalbkreis

gegründet bzw. bei der Gründung mitgeholfen.

Auch **zwei weitere Gruppen** an meinem Heimatort **Schorndorf** sind entstanden!

Sogar mehrere Gruppen in Kaiserslautern wurden mitgegründet.

Sämtliche Gruppen wurden von meiner Person gegründet!

2011 gründe ich die ersten Gruppen im

- Landkreis Esslingen.

Vorausgegangen ist ein Vortrag im Alten Rathaus mit 150 Teilnehmern.



Auch im **Jahr 2012** will ich weitere Gruppen gründen. Allerdings als Einzelperson - ohne einen Verein!

Vergleich zu Baden-Württemberg

Laut einer Anfrage durch mich bei den Kontaktstellen in Baden-Württemberg gibt es in Ba-Wü. ca. 23 Gruppen Depressionen und 30 Gruppen Ängste. Diese sind nicht koordiniert und haben auch keine Querkontakte zueinander. Außerdem wird keinerlei „Arbeit“ nach außen betrieben. Gemessen an den Zahlen im Rems-Murr-Kreis viel zu wenig. Notwendig wären ca. 220 Gruppen.

Mein Ziel ist es,

zunächst in Baden-Württemberg für ein flächendeckendes Netz an Gruppen zu sorgen und entsprechende Öffentlichkeitsarbeit zu machen.

Es ist ein großer Unterschied ob dieses von Betroffenen für Betroffene gemacht wird oder aber von außerhalb. Die Akzeptanz ist viel, viel größer.

Sämtliche Hintergründe sind öffentlich auf der Internetseite www.depressionen-selbsthilfe.de hinterlegt. Bei Fragen oder auch zu einem persönlichen Gespräch stehen wir jederzeit gerne zu Verfügung.

Alles Weitere finden Sie auf meiner Homepage von

New **BALANCE**

Der im Jahr 2006 gegründete Verein wird für mich ersetzt durch die Deutsche Depressionsliga und den sehr guten Kontakt zur Stiftung Deutsche Depressionshilfe..