



„Seit ich darüber sprechen kann, bin ich nicht mehr so allein.“

Ehrenamtler dringend gesucht

„Als meine Frau psychisch krank wurde, wäre ich fast selbst erkrankt. Immer wieder stellte ich mir die gleichen Fragen: Wie konnte es dazu kommen? Was habe ich falsch gemacht? Wie verhalte ich mich richtig? Was ist mit unseren Kindern? Wie soll es weitergehen? Ich hatte Angst vor jedem neuen Tag.

Ich brauchte dringend Hilfe.“

So wie Herrn... geht es vielen Angehörigen. Denn eine psychische Erkrankung wie z.B. Schizophrenie oder Depression ist auch für das soziale Umfeld eine enorme Belastung. Aber während den Erkrankten unterschiedliche Therapie- und Hilfsangebote zur Verfügung stehen, bleiben die Angehörigen mit ihren Fragen und Sorgen immer noch überwiegend sich selbst überlassen. Deshalb wurde 1985 Rat und Tat e.V. gegründet, als Zusammenschluss zur Selbsthilfe und Interessenvertretung der Angehörigen von psychisch Kranken in Köln.

Angehörige finden heute, über die Stadt verteilt, Gesprächskreise. Zusätzlich bieten wir telefonische/persönliche Beratung an, einmal wöchentlich eine Sprechstunde für Kinder/Jugendliche. Ein weiterer, therapeutisch begleiteter Gesprächskreis richtet sich an mittlerweile erwachsene Kinder oder Geschwister psychisch erkrankter Menschen.

Diese Angebote von Angehörigen für Angehörige werden ergänzt durch Informationsveranstaltungen und Kontaktpflege mit Fachleuten, Mitarbeitern von Institutionen und Kliniken. Zu unserer Arbeit gehört auch die Mitwirkung in politischen Fachgremien.

Außerdem verwaltet Rat und Tat e.V. seit über 20 Jahren als treuhänderischer Träger die Kölner Stiftung für psychisch Kranke und ihre Angehörigen, die alltägliche Notlagen lindern hilft.

Jetzt jedoch benötigt der Verein selbst Unterstützung. Um unsere Angebote und vielfältigen (ehrenamtlichen) Aktivitäten aufrecht erhalten zu können, brauchen wir dringend Entlastung von den damit verbundenen organisatorischen Aufgaben. Hätten Sie ein wenig Zeit und Lust, uns zu helfen? Wir haben Bedarf an vielen Talenten, Ideen und Interessensgebieten! Wir suchen Mitarbeiter für den Vorstand und Unterstützung bei der Planung und Organisation von Veranstaltungen und Projekten, in der Öffentlichkeitsarbeit, im Fundraising, bei der Sponsorenwerbung und Pflege unserer Website. Sie brauchen dazu keine eigenen Erfahrungen mit psychisch erkrankten Menschen, Sie können Art und zeitlichen Umfang Ihres Einsatzes selbst bestimmen und wir werden Ihnen zumal am Anfang selbstverständlich besonders zur Seite stehen.

Sie gehören nicht zu den Leuten, die bei allem fragen: Was habe ich davon? Für Sie ist es wertvoll, einen Teil Ihrer Zeit und Fähigkeiten für andere Menschen in Ihrer Region einzusetzen.

Gerne können Sie mit uns sprechen.

Unsere Vereinsvorsitzende Ulrike Demmig ist montags zwischen 13 und 16 Uhr in unserem Büro unter der Nummer 0221-73 90 734 oder per E-Mail info@rat-und-tat-koeln.de zu erreichen

Weitere Informationen unter www.ratundtat-ev.koeln.