

# Rat und Tat e.V.

Hilfsgemeinschaft für Angehörige von psychisch Kranken

Im Landesverband NRW der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

Büro: im „Worringer Bahnhof“ Nippes · Kempener Str. 135 · 50733 Köln, Telefon 0221-7 39 07 34



Köln, 30. November 2009

## PRESSEMITTEILUNG

### **Raus aus der Isolation: Erste Anlaufstelle Internet - Rat und Tat Köln e.V. hilft Angehörigen von psychisch Kranken**

**Online-Hilfe für Rat suchende Angehörige. Mit dem Relaunch der Vereinswebsite stehen Angehörigen zahlreiche nutzerfreundliche Details und Hilfsangebote zur Verfügung.**

Die Website der Angehörigenhilfe [www.rat-und-tat-koeln.de](http://www.rat-und-tat-koeln.de) ermöglicht betroffenen Familienmitgliedern und Interessierten nun bereits einen weit reichenden Einstieg in die Thematik, beantwortet häufige Fragen, verlinkt auf relevante Websites regionaler Anlaufstellen und lädt zu lokalen Gesprächskreisen ein. Der Verein reagiert mit seinem überarbeiteten Online-Auftritt auf das gestiegene Informationsbedürfnis zum Thema psychische Erkrankung im Netz und bietet Nutzern die Chance, sich damit erst einmal anonym über Hilfsangebote zu informieren oder Erfahrungsberichte anderer Betroffener zu lesen.

#### **Die „gefühlte“ Hilflosigkeit - Beratung & Hilfe tut Not**

Die ehrenamtlichen Mitglieder von Rat und Tat Köln e.V. kennen die Situation. „Viele der Angehörigen sind zuerst auf der Suche nach Hilfe für ihre psychisch erkrankten Familienmitglieder. Erst später erkennen sie, dass sie selbst Hilfe brauchen, Kraft schöpfen müssen, um weitermachen zu können. Das zeigen die Erfahrungsberichte – auch unsere eigenen“ erklärt Ulrike Demmig, Vorstandsvorsitzende der Kölner Angehörigenhilfe. Meist sind die ehrenamtlich tätigen Berater über die eigene Problematik an die Hilfsgemeinschaft gekommen. In persönlichen Beratungsgesprächen und den lokalen Gesprächskreisen erfahren die Hilfesuchenden erst einmal Verständnis, Mitgefühl und ein offenes Ohr. Sie merken "Ich bin nicht allein" und werden darin gestärkt, endlich auch mal an sich denken zu dürfen.

#### **Förderverein unterstützt die Selbsthilfeorganisation**

Der Kölner Verein Rat und Tat e.V. leistet seit fast 25 Jahren tatkräftige Hilfe: Ehrenamtlich, engagiert und gemeinnützig. Die Hilfsgemeinschaft wird überwiegend durch Spenden an den 2004 gegründeten Förderverein finanziert. Unterstützung, die dringend gebraucht wird, angesichts der Sparzwänge im öffentlichen Bereich. Damit die ehrenamtliche Arbeit engagierter Mitglieder auch weiterhin dazu beitragen kann, Angehörige von psychisch Kranken zu stärken und sie bei der Alltagsbewältigung nachhaltig zu unterstützen.

Weitere Informationen über den Verein und seine Arbeit erhalten Sie im Presse- & Download-Bereich der Website [www.rat-und-tat-koeln.de](http://www.rat-und-tat-koeln.de). Ansprechpartner für Medienvertreter ist Frau Hösgen, Tel.: 0221 - 9139401. Für ein Interview steht Ihnen Ulrike Demmig, Vorsitzende des Vereins, gerne zur Verfügung.