

Zusammen durch die Krise – Verstetigung der EX-IN-Genesungsbegleitung im Stadtteilgesundheitszentrum Poliklinik Veddel

Das Projekt *Zusammen durch die Krise – Verstetigung der EX-IN-Genesungsbegleitung im Stadtteilgesundheitszentrum Poliklinik Veddel* konnte durch die Finanzierung der Stiftung Care for Future am 1. März 2025 starten und infolge einer kostenneutralen Laufzeitverlängerung bis Ende September 2025 fortgesetzt werden.



EX-IN-Genesungsbegleitung ist ein Peeransatz: Menschen, die selbst Krisen- und Psychiatrieerfahrung mitbringen und eine einjährige Fortbildung absolviert haben, begleiten und unterstützen Menschen im Umgang mit psychischen Belastungen, klären über das Gesundheitssystem und weiterführende Angebote auf und bestärken ihre Klient*innen darin, aus der Isolation herauszutreten. Die EX-IN-Genesungsbegleiterin der Poliklinik Veddel beschreibt ihre Arbeit so:

„Bei der Arbeit geht es darum, andere krisenerfahrene Menschen mit meinem Erfahrungswissen zu begleiten, um wieder in ein stabileres und freudvolleres Leben zu finden. Der

Schwerpunkt meiner Arbeit liegt dabei auf einem Beziehungsaufbau, der auf Augenhöhe beruht und der betroffenen Person die Möglichkeit gibt, sich schneller zu öffnen. So kann über die eigene Lebenssituation besser reflektiert werden.“

Pro Woche fand ein offener Treff statt, zusätzlich vereinbarte die EX-IN-Genesungsbegleiterin Einzeltermine mit den Klient*innen. Ziel des Offenen Treffs ist es, für Menschen mit psychischen Problemen ein Anlaufpunkt zu schaffen, wo sie andere Menschen treffen, reden, Kuchen essen, spielen, Fantasiereisen machen oder auch gärtnern zu können.

Zwischen vier und sieben Personen besuchten den Offenen Treff pro Woche. Einige der Teilnehmer*innen kamen nur gelegentlich, andere nahmen das Angebot sehr regelmäßig wahr. Wenn Menschen ohne Nachricht längere Zeit nicht auftauchten, meldete sich die EX-IN-Genesungsbegleiterin direkt bei ihnen, erkundigte sich nach ihrem Befinden und vereinbarte auf Wunsch auch Einzeltermine.

Ein Schwerpunkt bei den Aktivitäten während des Offenen Treffs war die Wiederinstandsetzung und Betreuung der Hochbeete im Kirchgarten. Es wurden mehrere kaputte Beete repariert, bepflanzt und betreut. Vor und nach der Gartenarbeit gab es Kaffee, Tee und Kuchen.

Im Projektverlauf konnte ein weiterer EX-IN-Genesungsbegleiter in Ausbildung für die Mitarbeit gewonnen werden, der viele Kompetenzen in der Gartenarbeit mitbrachte. Die Teilnehmenden fühlten sich bei dem Team aus einer weiblichen und einer männlichen Projektleitung gut aufgehoben.

Das Projekt „Zusammen durch die Krise“ war in die interdisziplinäre Gesundheitsversorgung im Primärversorgungszentrum Poliklinik Veddel eingebettet. Besonders eng war die Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Psychologische Beratung. Die EX-IN-Genesungsbegleiterin nahm im Projektzeitraum regelmäßig an den wöchentlich stattfindenden interdisziplinären Teamsitzungen teil. Auf diese Weise wurden die anderen Kolleg*innen auf das Projekt aufmerksam und konnten gezielt Patient*innen und Klient*innen über „Zusammen durch die Krise“ informieren und sie ins Angebot vermitteln.

Da das Projekt gut angenommen wurde und die EX-IN-Genesungsbegleiter*innen gerne ihre Arbeit fortsetzen wollen, soll das Projekt verstetigt werden. Bis Ende des Jahres ist der Fortbestand bereits gesichert, darüber hinaus laufen Gespräche mit einer Förderstelle für ehrenamtliche Arbeit in Hamburg.

