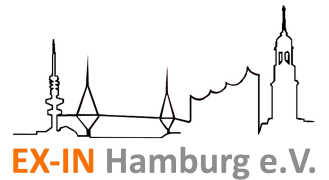


## Newsletter 3.21



Liebe Abonent:innen,

hier kommt der große Sommer-Newsletter von EX-IN Hamburg e.V.

Als kleine Veränderung zu unseren vorherigen Newslettern gibt es heute auch Anhänge an dieser Email. Die Anhänge sind Veranstaltungs-Flyer im PDF-Format und können von Ihnen gerne ausgehängt oder an interessierte Personen weitergegeben werden. Sie finden die Flyer auch auf unserer Website [www.ex-in-hamburg.net](http://www.ex-in-hamburg.net) zum Download bereit.

### **Kooperationspartner alsterarbeit**

Wir freuen uns sehr mit **alsterarbeit** einen verlässlichen Kooperationspartner für die Zukunft von EX-IN in Hamburg gefunden zu haben.

EX-IN Qualifikationen werden ab jetzt in den Räumen des alsterdialog am Alsterdorfer Markt 12 stattfinden.

Wir sind außerdem im engen Austausch mit dem Bildungsbereich der alsterarbeit, um Konzepte zur Weiterbildung und Schulung für Mitarbeitende und Beschäftigte mit unserer Erfahrung mitzugestalten und weiterzuentwickeln.

### **EX-IN Film auf unserer Website**

Endlich ist es so weit. Der in Hamburg produzierte Film „**EX-IN - eine Kultur der Würde**“ ist ab sofort auf unserer Website zum Streaming abrufbar. Er kann so im Rahmen von EX-IN Infoveranstaltungen von Ausbildungsträgern bundesweit genutzt werden, was uns ein großes Anliegen war. Wir danken allen Beteiligten von Herzen.

Hier geht's direkt zum Film: <https://ex-in-hamburg.net/eine-kultur-der-wuerde>

Der Verein bietet darüber hinaus das Format „Film & Dialog“ an, bei dem wir interessierten Gruppen den EX-IN Film per Zoom Videokonferenz vorführen und danach ein Gespräch gestalten.

Der 40-minütige EX-IN Film „Eine Kultur der Würde“ bietet einen tiefen Einblick in die gewachsene EX-IN Kultur in Hamburg und verdeutlicht wichtige Eckpunkte der Arbeit von EX-IN Erfahrungsexpert:innen.

Gerade multiprofessionelle Teams profitieren von der Auseinandersetzung mit der Rolle von EX-IN Erfahrungsexpert:innen.

Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte unter [vorstand@ex-in-hamburg.net](mailto:vorstand@ex-in-hamburg.net) zur Terminabsprache.

### **Qualifikation zur EX-IN Angehörigenbegleitung**

Ab Januar 2022 startet die nächste überregionale Qualifikation für Angehörigenbegleitung: EX-IN für Angehörige.

Diesmal findet der Kurs in Erfurt in Kooperation mit dem Verein EX-IN Thüringen statt. Die gemeinsame Organisation ist in vollem Gange.

Ausführlichere Information finden Sie auf unserer Website unter: <https://ex-in-hamburg.net/angehoerigenbegleitung>

Interessierte melden sich bitte unter [kurse@ex-in-hamburg.net](mailto:kurse@ex-in-hamburg.net)

### **EX-IN Länderrat von EX-IN Deutschland e.V.**

Der EX-IN Länderrat ist ein Gremium des Dachverbands EX-IN Deutschland e.V. Im Länderrat kommen die EX-IN Landessprecher:innen der einzelnen Bundesländer mehrmals im Jahr zusammen und tauschen sich über überregionale EX-IN Themen aus und informieren einander über lokale Entwicklungen. Hier werden Netzwerke gepflegt und wichtige Richtungsentscheidungen diskutiert.

Die Landessprecher:innen sind hierbei Sprachrohr und Verstärker für Themen der regionalen EX-IN Initiativen und bringen die Belange des jeweiligen Bundeslandes in den Dachverband ein. Außerdem sind die Landessprecher:innen dafür zuständig die EX-IN'ler in den Bundesländern über Themen im Dachverband zu informieren und überregionale Entwicklungen transparent zugänglich zu machen.

Unser Vorstandsmitglied Annika Frisch ist kommissarische Landessprecherin für Hamburg und informiert interessierte EX-IN Absolvent:innen über einen Email-Verteiler. Die Protokolle der Sitzungen des Länderrats werden in diesen Verteiler weitergeschickt. Wer sich in den Verteiler eintragen lassen möchte, schreibt bitte an: [mitmachen@ex-in-hamburg.net](mailto:mitmachen@ex-in-hamburg.net)

### **EX-IN in Bewegung**

EX-IN, als Lern- und Begegnungsort, widmet sich dem Verstehen, dem Vermitteln und dem Übersetzen. Wir lernen miteinander das Hinschauen zum Anderen, um ihn in seiner Ähnlichkeit und Andersartigkeit wahrzunehmen.

Das Verstehen und das Sich-Begegnen brauchen Zeit, Geduld und Mut. Hier gilt es, das Unfassbare zu erforschen und keine schnellen Antworten zu suchen, Zusammenhänge zu studieren und Verständnismodelle zu erkunden.

Dazu müssen wir in unserem Denken und Handeln beweglich bleiben. Vernetztes Handeln setzt ein vernetztes Denken voraus.

Als Verein möchten wir unter dem Begriff „EX-IN in Bewegung“ direkte und, wenn es sein muss, digitale Begegnungen initiieren; sei es in spannenden Weiterbildungen, in Austauschforen und in Dialogrunden, die über die EX-IN-Grund-Qualifikation zur Genesungsbegleitung oder Angehörigenbegleitung hinaus gehen.

EX-IN ist mehr als eine Qualifikation zur Teilhabe am Arbeitsleben für Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung. Wir, als Verein, fühlen uns der besonderen Begegnungs-Kultur von EX-IN verpflichtet und möchten mit „EX-IN in Bewegung“ dazu beitragen diese für noch mehr Menschen erfahrbar und lebbar zu machen.

Im Anhang finden Sie drei Flyer für Veranstaltungen, die EX-IN weiterdenken und zum Dialog einladen.

### **EX-IN Veranstaltungshinweise**

Alle unsere Veranstaltungen finden Sie auch auf unserer Website unter: <https://ex-in-hamburg.net/termine>

- **EX-IN in Bewegung: Themenaustausch**

Am Samstag, den 14.08. laden unsere Vereinsmitglieder Bianca und Eva interessierte EX-IN Absolvent:innen aus dem gesamten deutschsprachigen Raum zu ihrem Themenaustausch ein.

Die Veranstaltung findet von 10-12 Uhr per Zoom-Videokonferenz statt. Das Thema wird diesmal sein: „*Die Rolle des Genesungsbegleitenden im interdisziplinären Team*“

Anmeldung bis 6.8. über [mitmachen@ex-in-hamburg.net](mailto:mitmachen@ex-in-hamburg.net)

Weitere Informationen im Flyer im Anhang dieser Mail oder unter: <https://ex-in-hamburg.net/ex-in-themenaustausch>

- **EX-IN in Bewegung: Dialogforum**

Am Freitag, den 24.09. laden engagierte Hamburger EX-IN`ler zur Auftaktveranstaltung des „Dialogforums“ ein. Mit dem Dialogforum möchten wir einen neuen Begegnungsraum eröffnen, in dem wir Themen aufgreifen, die uns über die Genesungsbegleitungskultur hinaus, in die gesellschaftspolitische Landschaft hineinführen.

Themen, die uns bewegen, die uns ins Denken und ins Debattieren bringen.

Die Veranstaltung findet von 18-20 Uhr per Zoom-Videokonferenz statt.  
Das Thema wird diesmal sein: „*Vorteile durch Stigmatisierung – Widerspruch in sich?*“

Anmeldung über [mitmachen@ex-in-hamburg.net](mailto:mitmachen@ex-in-hamburg.net)

Weitere Informationen im Flyer im Anhang dieser Mail oder unter: <https://ex-in-hamburg.net/ex-in-dialogforum>

- **EX-IN in Bewegung: Weiterbildung „Angehörigenbegleitung“**

Am 18. und 19. November laden wir zu einer überregionalen EX-IN Weiterbildung zum Thema Angehörigenbegleitung ein.

Die Veranstaltung findet jeweils ganztags per Zoom-Videokonferenz statt.

Das genaue Thema wird sein: „*Angehörigenbegleiter:innen erobern, prägen und verändern die psychiatrische Landschaft - Stimmt das?*“

Kosten 20 € - Spenden sind willkommen

Anmeldung bis 15. Oktober über [weiterbildung@ex-in-hamburg.net](mailto:weiterbildung@ex-in-hamburg.net)

Weitere Informationen im Flyer im Anhang dieser Mail oder unter: <https://ex-in-hamburg.net/ex-in-weiterbildungen>

- **EX-IN in Bewegung: Weiterbildung „Peerarbeit in der Familienhilfe (Die Mit-Mütter)“**

Im Dezember 2021 laden wir zu einer überregionalen EX-IN Weiterbildung zum Thema „Peerarbeit in der Familienhilfe: Die „Mit-Mütter“ ein.

In der Weiterbildung geht es um die besondere Lebenssituation und deren Bewältigung von Kindern psychisch erkrankter Eltern und ihre Unterstützung durch Genesungsbegleiter:innen mit eigener Erfahrung von Elternschaft.

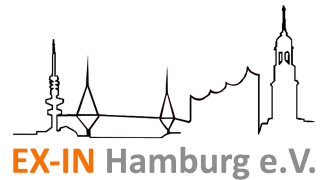
Diese Weiterbildung besteht aus drei zusammenhängenden Modulen (Wochenenden). Genauere Information demnächst auf unserer Website unter <https://ex-in-hamburg.net/ex-in-weiterbildungen>

### EX-IN Hamburg e.V. - Neues aus dem Vereins

Wir freuen uns neben interessanten Perspektiven durch die Kooperation mit alsterarbeit auch darüber jetzt offizielles Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband Hamburg zu sein.

Unser Vereinsleben nimmt immer mehr Fahrt auf. Wir freuen uns über engagierte Mitglieder, die viele neue Ideen im Verein umsetzen. So haben sich z.B. zwei neue von Mitgliedern geleitete Arbeitsgruppen gebildet, die EX-IN Hamburg e.V. beleben. Wir haben bereits mehrere Fördermitglieder, die unsere Idee unterstützen und mit

## Newsletter 3.21



uns gemeinsam für EX-IN stehen.

Jeden Monat trifft sich EX-IN Hamburg e.V. zu einem (momentan digitalen) Vereinsabend.

### **Forschungsprojekt sucht Interviewpartner:innen**

Uns hat folgende interessante Anfrage erreicht, die wir gerne weitergeben:

*Durch die geschlossene Unterbringung nach §1906 BGB oder auch den freiwilligen Eintritt in eine Einrichtung der Eingliederungshilfe wird es für Bewohnende bei Auszug immer schwerer eine gute Anschlussperspektive (Wohnung, andere Einrichtung etc.) zu finden. Oft müssen Betroffene dadurch viel länger in den Einrichtungen leben, als sie es wollen oder müssen. Als Sozialarbeiterin im Master-Studium möchte ich ein kleines Forschungsprojekt zu der Frage, ob durch das Zusammenspiel von BGB-Unterbringungen und dem schwierigen Wohnungs- und Einrichtungsmarkt die Rechte der Betroffenen verletzt werden, durchführen. Ich suche Expert\*innen in eigener Sache und auch aus der beruflichen Praxis. Melden Sie sich bei Interesse gerne unter: [Laurawieland@gmx.de](mailto:Laurawieland@gmx.de)*

### **Mehr als nur Infos: Mitglieder-Kolumne**

Wir möchten unseren Newsletter ab jetzt immer mit einer Mitglieder-Kolumne beenden. In dieser Kolumne schreiben Vereinsmitglieder über Dinge, die sie beschäftigen und zum Nachdenken anregen. Diesmal lädt sie Mirko Damschke ein, einige Minuten seiner Gedankenwelt zu begegnen:

---

#### ***Wie sind die Dinge?***

*In alten Kulturen der Menschheit hatte sich eine deterministische Haltung herausgebildet: Sowohl der Ausgang von Ereignissen als auch das Schicksal jedes Lebewesens sei vorherbestimmt. Heutzutage ist diese Sichtweise nicht mehr so beliebt – so mein Eindruck. Heute möchten die Menschen unserer Gesellschaft doch am liebsten ihr Leben und ihre Zukunft komplett alleine bestimmen.*

*Jahrhunderte alte Lehren wie das Karma oder der Determinismus in altindischen Schriften werden nur zu gerne übersehen.*

*Dem Tun und seiner Wirkung kann die Persönlichkeit jedoch nicht entkommen.*

*In dem Buch „Die Geister, die mich riefen“ von Walter von Lucadou schreibt der Autor:*

*„Raum und Zeit sind Kategorien unserer Wahrnehmung, hat der Philosoph Immanuel Kant gelehrt. Raum und Zeit seien Filter, mit denen wir die Welt sehen. In der Welt aber gibt es in Wahrheit keinen Raum und keine Zeit. Beides sind Konstrukte, mit denen wir Sie beschreiben.“*

*Dazu passt auch das Zitat von Albert Einstein:*

*„Die Realität ist nur eine Illusion, wenn auch eine sehr hartnäckige.“*

*In diesen beiden Zitaten blitzt etwas auf. Dass nämlich unsere Wahrnehmung der Realität noch nicht die Realität selbst sein könnte. Dass man eigentlich erst hinter die Vorhänge, die die Welt bedeuten, schauen müsste, um eine Ahnung von den tieferen Wahrheiten zu erhalten.*

*Gut und schlecht, richtig und falsch, rechts und links, selbst und andere: Wir erschaffen uns unsere eigenen inneren und äußeren Welten und die Koordinaten in ihnen. Es wäre schön, wenn der Mensch häufiger frei von dem Extrem sein könnte, seine Sichtweise schon als das Maß der Dinge anzusehen. Oder?*

*Von Mirko Damschke*

(Die Inhalte dieser Kolumne drücken ausschließlich die Meinung des Autors aus. Wenn Sie eine Resonanz zu Mirkos Text haben schreiben Sie gerne an [mitmachen@ex-in-hamburg.net](mailto:mitmachen@ex-in-hamburg.net))

---

Dies war unser Newsletter und wir hoffen, er hat Ihnen gefallen und Sie ein wenig neugierig auf die Zukunft für EX-IN in Hamburg gemacht.

Der Vorstand des EX-IN Hamburg e.V. verabschiedet sich nun bis zum 2.8. in die Sommerpause und kommt dann erfrischt und ausgeruht zurück.

Wir wünschen Ihnen Allen sonnige Tage und ein Innehalten im Trubel des Jahres, mit den besten Grüßen

Der Vorstand: Suzan Bolkan, Annika Frisch, Sirit Schönefeld, Gyöngyvér Sielaff, Martin Wieser