

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).



Liebe Leserinnen und Leser,

mit diesem Newsletter möchten wir Sie auf unser neues Patenprojekt Huckepack aufmerksam machen, welches im Juni diesen Jahres im Familienkreis startete. Huckepack hat zum Ziel, Kindern psychisch erkrankter Eltern eine stabile Bezugsperson an die Seite zu stellen.

Unser Leitgedanke für Huckepack ist "**Hilfe, die stark macht**" - unser Ziel, die Resilienz und gesunde Entwicklung von Kindern nachhaltig zu fördern. Dabei brauchen wir Ihre Hilfe. Bitte leiten Sie den Newsletter weiter an Menschen, die sich vorstellen können, eine Patenschaft für ein Kind psychisch erkrankter Eltern zu übernehmen. Das können Einzelpersonen, Paare oder Familien sein, die sich gemeinsam engagieren möchten. Natürlich freuen wir uns auch, wenn Sie betroffene Eltern auf das neue Angebot aufmerksam machen. Herzlichen Dank dafür!

Im Namen des gesamten Teams,

Ihre Anja Henkel

Inhalte im Newsletter

- [Huckepack – Patinnen und Paten für Kinder psychisch erkrankter Eltern gesucht](#)
- [Tobias: Ein Fallbeispiel "Ein Ort, an dem ich mal an was anderes denken kann"](#)
- [Qualifizierung für Huckepack-Interessentinnen und Interessenten](#)
- [Einladung zum Infoabend: Jeden ersten Dienstag im Monat um 18Uhr](#)
- [Der Freizeitbereich: Monatlich vom Familienkreis organisierte Aktivitäten](#)
- [Szenische Lesung „Unsichtbare Narben“ am 10. Januar in der Solarbücherei Kessenich](#)

Huckepack – Patinnen und Paten für Kinder psychisch erkrankter Eltern gesucht

Die neuen Freiwilligenkoordinatorinnen im Familienkreis, Frederike Hartje und Dorothee Oprach, suchen interessierte Menschen, die gerne eine aktive Patenschaft für Kinder psychisch erkrankter Eltern übernehmen möchten.

Im Juni 2019 ging das Patenprojekt Huckepack an den Start und soll in Bonn zunächst für drei Jahre modellhaft, jedoch mit einer nachhaltigen Perspektive, durchgeführt werden. Das Projekt hat zum Ziel, Kindern psychisch erkrankter Eltern eine gesunde Bezugsperson an die Seite zu stellen, zu der eine sichere Bindung aufgebaut wird. Durch diesen verlässlichen Kontakt werden die Kinder gestärkt und in ihrer gesunden emotionalen Entwicklung gefördert.



Die Pat*innen von Huckepack verbringen mindestens einmal pro Woche Zeit mit ihrem Patenkind, unterstützen es bei seinen Alltagsthemen, machen gemeinsame Ausflüge, bieten Erfahrungsräume und sind da, wenn das Kind jemanden braucht. Die Patenkinder können so unbeschwert wohltuende Zeit mit einer vertrauten Person verbringen, die ihnen vor allem auch in krisenhaften Zeiten zur Seite steht. In der Regel sind die Kinder im Kindergarten- oder Grundschulalter.

Eine gelungene Patenschaft ist für Eltern, Kind und Pat*in gewinnbringend. Freiwilligkeit von allen Beteiligten sowie gegenseitige Sympathie sind unbedingt erforderlich. Alle Pat*innen werden sorgsam ausgewählt, geschult und ihrer Tätigkeit durch pädagogische, psychologische und therapeutische Fachkräfte begleitet.

Huckepack soll eine Angebotslücke in Bonn schließen, da in den letzten Jahren der Anteil der Eltern mit psychischen Erkrankungen, die sich an die Frühen Hilfen wenden, konstant bei 30% liegt. Wie alle Familienkreis-Angebote ist auch dieses in seiner konzeptionellen Ausrichtung präventiv. Kinder in ihrer Resilienz zu fördern ist primäres Ziel.

Als verlässliche Bezugsperson eignen sich Einzelpersonen, Paare und Familien, die einem Kind Stabilität und Orientierung bieten können. Die Patenschaft besteht so lange, wie es für alle Beteiligten passt.

Weitere Informationen über das Projekt finden Sie auf unserer [Website](#).

(zum Seitenanfang)

Tobias: Ein Fallbeispiel "Ein Ort, an dem ich mal an was anderes denken kann"

Tobias ist 9 Jahre alt, als seine Mutter Lena zum ersten Mal vom Patenprojekt Huckepack hört. Lena wurde vor kurzem erst aus der Tagesklinik entlassen, ihre Diagnose lautet Schizophrenie. Lena hat das Gefühl, sich phasenweise nicht richtig um ihren Sohn kümmern zu können. Als Alleinerziehende ist der Alltag eh schon eine Herausforderung, dazu kommen die akuten Phasen ihrer Krankheit, in denen sie sehr mit sich selbst beschäftigt ist. Erst ist sie unsicher, ob eine Patenschaft das Richtige für sie und ihren Sohn ist. Nach einem Gespräch mit einer Psychotherapeutin in der Klinik hat sie den Eindruck, es komme einer Selbststigmatisierung gleich, einer Patenschaft zuzustimmen und die "Krankheitsschiene" werde noch mehr gefestigt. Ein intensives Kennenlernen und Kontakt mit der Freiwilligenkoordinatorin von Huckepack hilft Lena, die Zweifel auszuräumen. Ihr wird klar, dass es in dem Projekt in erster Linie um ihren Sohn geht und nicht um sie. Sie entscheidet sich für das Patenprojekt, weil sie das Beste für ihren Sohn will.



In der Kennenlernphase mit den Pateneltern Thorsten und Manuela werden Lenas letzte Bedenken ausgeräumt. Lena versteht sich mit den Beiden sehr gut und kann schnell Vertrauen fassen. Seit vier Jahren verbringt Tobias nun jeden Dienstagmittag bei seinen Pateneltern und deren zwei Kindern. Tobias: „Ich fühle mich wohl bei Thorsten und Manuela und es ist einfach ein Ort, an dem ich mal an was anderes denken kann.“

(zum Seitenanfang)

Qualifizierung für Huckepack-Interessentinnen und Interessenten

Ein inhaltlicher Einstieg für spontan Entschlossene ist am **23. November 2019** möglich. Hier findet von 11-15h das erste **Zusatzmodul** "Psychische Erkrankungen" für Huckepack statt. Referentin ist Sabine Lottermoser, Fachärztin für Psychiatrie, Traumatherapeutin, Suchtmedizinerin. Eine Anmeldung und ein Erstgespräch mit den Koordinatorinnen vorab ist erforderlich.

Ein späterer Einstieg ist auch möglich. Für alle neuen Ehrenamtlichen, die im Familienkreis tätig werden möchten, findet eine Qualifizierung statt. Das **Grundmodul** umfasst fünf Einheiten à 3 Stunden, jeweils montagabends. Das nächste Grundmodul startet im Februar, die Termine sind

- **3. Februar/ 10. Februar/ 17. Februar/ 2. März/ 9. März jeweils von 18h bis 21h.**

Inhalte der Grundmodule sind Kommunikation und Gesprächsführung, familiensystemische Grundlagen, (eigene) Möglichkeiten und Grenzen der Hilfe sowie Bindung und Resilienz. Für Huckepack-Pat*innen gibt es besondere Zusatzmodule, die sich mit psychischen Krankheitsbildern, elterlichem Erziehungsverhalten und den Herausforderungen für Kinder auseinandersetzen.

Alle Interessent*innen können sich beim Familienkreis unter 0228 18464204 oder per Mail unter huckepack@familienkreis-bonn.de melden.

(zum Seitenanfang)

Einladung zum Infoabend: Jeden ersten Dienstag im Monat um 18Uhr

Jeden ersten Dienstag im Monat findet beim Familienkreis e.V., Breite Straße 76, 53111 Bonn um 18h ein Infoabend zum Thema „**Ehrenamt im Familienkreis**“ statt. Hier wird über Huckepack ebenso berichtet wie über andere mögliche Engagementfelder im Familienkreis wie die Elternhilfe, das Flüchtlingsprojekt NewComer und Großeltern auf Zeit.

Die nächsten **Infoabende** finden statt am

3. Dezember 2019 / 07. Januar 2020 / 04. Februar 2020 / 03. März 2020 / 05. Mai 2020.



(zum Seitenanfang)

Der Freizeitbereich: Monatlich vom Familienkreis organisierte Aktivitäten für Pat*innen und ihre Patenkindern



Ab kommendem Jahr wird es vom Familienkreis ein Freizeitangebot geben, welches in Form von gemeinsamen Ausflügen oder Aktivitäten einmal im Monat am Wochenende stattfindet. Es richtet sich an alle Pat*innen und ihre Patenkindern und soll vor allem gemeinsam Spaß machen. Der Freizeitbereich kann zum „Schnuppern“ für interessierte Ehrenamtliche oder auch Familien, die das Projekt kennenlernen möchten, genutzt werden. Wer Interesse an einer Hospitation hat, sollte sich vorher anmelden. Auch bei den Freizeitangeboten können ehrenamtliche Helfer*innen den Familienkreis punktuell unterstützen und sind herzlich eingeladen, sich einzubringen.

(zum Seitenanfang)

Szenische Lesung „Unsichtbare Narben“ am 10. Januar in der Solarbücherei Kessenich

Der Familienkreis e.V. lädt am **10. Januar 2020 um 19h** herzlich ein zu einer



szenischen Lesung aus dem Buch „Unsichtbare Narben – Erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern berichten“. Veranstaltungsort ist die Solarbücherei Kessenich, Pützstr. 23, 53129 Bonn.

Herausgeber des Buches sind Professor Dr. Johannes Jungbauer, Psychologe an der Katholischen Hochschule Aachen sowie Katharina Heitmann. Mit den Erfahrungsberichten von erwachsenen Kindern psychisch erkrankter Eltern werden authentische Einblicke in den belasteten Alltag und die oftmals schwierigen Lebenswege gegeben. Es gibt aber auch Erfahrungen von Kraftquellen und Möglichkeiten einer positiven Bewältigung.

Gelesen wird von den Koordinatorinnen des Patenprojekts Huckepack, Dorothee Oprach und Frederike Hartje. Im Anschluss an die Veranstaltung besteht die Möglichkeit, mit Beiden ins Gespräch zu kommen und sich über Patenschaften für betroffene Kinder zu informieren. Der Eintritt für die Lesung ist frei.

(zum Seitenanfang)



Wir danken unseren Partnern, die das Huckepack Projekt für drei Jahre fördern:



(zum Seitenanfang)

Spende an den Familienkreis

Jede Spende an den Familienkreis trägt dazu bei, Familien in Bonn frühzeitig zu unterstützen und die positive kindliche Entwicklung zu fördern. Informieren Sie sich auf unserer Website unter [Spenden und Gutes tun](#) über die verschiedenen Möglichkeiten.



Familienkreis auf Facebook



Wenn Sie den [Familienkreis auf Facebook](#) liken, sind Sie immer über unser aktuelles Tagesgeschehen informiert.

Anmeldung Newsletter

Wenn Sie an den Aktivitäten des Familienkreises interessiert sind und unseren Newsletter regelmäßig beziehen wollen, klicken Sie bitte hier:



(zum Seitenanfang)



Der Familienkreis ist Mitglied im [Paritätischen Wohlfahrtsverband](#).



Wenn Sie diese E-Mail (an: klug@fruehehilfen-bonn.de) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#) kostenlos abbestellen.

Familienkreis e.V.
Breite Straße 76, 53111 Bonn
0228/18464204
info@familienkreis-bonn.de