



□ Bestellschein:

- () **Warum fühlen wir uns wie gelähmt und blockiert?**.....(Schutzgebühr 1,50 Euro)
- () **Das Messie-Syndrom – Plädoyer für eine Blickwende** von M. Bönigk-Schulz(Schutzgebühr 2,-)
- () **Das Messie Syndrom – Primäre Symptome** von Bönigk-Schulz(Schutzgebühr 5,-)
- () **Rat und Hilfe für Angehörige und Freunde der Menschen mit Messie-Syndrom**.....(Schutzgebühr 2,-)
- () **Zur Störung der willentlichen Haltungssteuerung als Ursache des „Messie-Syndrom.“** von Charlotte Koch..... (Schutzgebühr 4,-)
- () **1. Tagungsdokumentation** der Messie - Fachtagung in Berlin..... (Schutzgebühr 2,-)
- () **2. Tagungsdokumentation** der Messie - Fachtagung in Göppingen.....(Schutzgebühr 3,-)
- () **3. Tagungsdokumentation** der Messie - Fachtagung in Hamburg.....(Schutzgebühr 5,-)
- () **4. Tagungsdokumentation** der Messie - Fachtagung in Bielefeld.....(Schutzgebühr 5,-)

Zutreffendes bitte ankreuzen: X → □ und Stck. ()
Anschrift auf der Innenseite angeben

Abbuchungserlaubnis:

Mit dem Einzug durch Lastschrift bin ich einverstanden. Den Lastschriftauftrag kann ich jederzeit schriftlich widerrufen.

Kontonummer.....

BLZ.....

Geldinstitut.....

Datum.....

Unterschrift.....



Unsere Anschrift:

Bundesgeschäftsstelle des -M-S-N- beim FEM
Tegerstr. 15, D 32825 Blomberg
und den Landesverbänden: Baden-Württemberg, NRW, Sachsen und Thüringen
folgende Landesverbände sind in Gründung: Bayern, Berlin, Brandenburg, Bremen, Hamburg, Hessen, Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Saarland, Sachsen-Anhalt, Schleswig-Holstein
e-Mail: infos@femmessies.de
info@messie-selbsthilfe-netzwerk.de
Internet: <http://www.messies-selbsthilfe-netzwerk.de>
Internet: <http://www.messie-selbsthilfe.de>

Die Sprechzeiten der:

Bundesgeschäftsstelle
Tegerstr. 15
D 32825 Blomberg
Mo, Di und Do von 10:00 - 17:00 Uhr. Mitgliedern bieten wir weitere Sprechzeiten nach Vereinbarung an. Telefon (05236) 888 795, Telefax (05236)888796
Skype: marianne.fem.verein

Ihre Ansprechpartnerin:

Marianne Bönigk-Schulz (Vorstand)

Geschäftsführer:

Manfred Schulz

Spendenkonto:

Der FEM e.V. und das -M-S-N- bündelt Erfahrungen zum Messie-Syndrom und formuliert Forschungsziele. Mit Arbeitsmaterialien, Fachtagungen und Fortbildungen werden Impulse für innovative Anstöße zur Selbsthilfeunterstützungsarbeit für Messie-SHG gegeben. Wir bitten Sie herzlich: **Unterstützen auch Sie unsere Arbeit** mit einer Spende. Kontonummer: 47049242 - BLZ: 47650130 Sparkasse Detmold



Messie Selbsthilfe Netzwerk

Für Betroffene mit Messie-Syndrom und deren Angehörigen

Juli 2010

Messie - Syndrom

Messie - ein Mensch, dessen Alltag von Unordnung, Durcheinander und Desorganisation bestimmt wird. Das Chaos ist das Pragnanteste. Das innere Chaos, das sich nach außen zeigt. Betroffene leiden darunter, dass ihre Gedanken immer wieder um die Bewältigung der einfachsten täglich anfallenden Aufgaben kreisen und sie erleben oft eine Hoffnungslosigkeit, dieses Problem jemals in den Griff zu bekommen.

Messie - Erleben

Ein Messie empfindet sein Leben als zerrissen, chaotisch, widersprüchlich und in hohem Maße frustrierend. Große Scham verhindert notwendige soziale Kontakte und Messies leiden unter der damit verbundenen Ausweglosigkeit. Sie machen sich für etwas verantwortlich, worüber sie nur wenig Kontrolle haben.

Messie - Handlungsblockade

Messies sind immer auf der Suche nach dem perfekten System. Finden sie es nicht - und sie fühlen sie finden es nie - geben sie auf. Das ist der Resignations-Teufelskreis und das Chaos ist ihnen dann lieber als eine zweifelhafte Ordnung. Diese Menschen werden von ihren Erwartungen an sich, z. B. von dem Perfektionismus, beherrscht, was sie blockiert und lahmlegen kann. So werden sie nie fertig, weil sie sich permanent verzetteln. Sie haben daher nie genug Zeit, vor allem nicht für sich selbst. Vieles, was anderen Menschen leicht fällt, ist für Messies besonders schwer, weil ihnen der Automatismus fehlt, um alltägliche Kleinigkeiten wie Aufräumen, Abwaschen und Wegwerfen wie „nebenbei“ zu erledigen.

Für unsere Mitglieder und Selbsthilfegruppen:

Unsere Aufgabe und unser Anliegen ist es, die Messie - Probleme in allen ihren Erscheinungsformen, einschließlich der mit ihnen häufig verbundenen psychischen und psychosozialen Störungen, wie z. B. Ängste, Depressionen usw., durch geeignete Maßnahmen zu beheben und auch Wege zur Therapie der Erkrankung aufzuzeigen und die soziale Isolation der Betroffenen zu verhindern.

Mit unseren Angeboten möchten wir die Information und Aufklärung über die Messie - Problematik leisten und die Selbsthilfe fördern.

Zu unseren Leistungen:

- ♥ Vermittlung zu Selbsthilfegruppen in Ihrer Näher
- ♥ Hilfestellung beim Aufbau von Selbsthilfegruppen
- ♥ Telefonische Beratung
- ♥ Umfangreiche Internetangebot
- ♥ Jährliches Fortbildungsangebot für Selbsthilfegruppen.
- ♥ Förderung regelmäßiger Arbeitstagungen innerhalb des jeweiligen Bundeslandes
- ♥ Fachtagung zum Messie-Syndrom (Austausch für Experten und Betroffene)
- ♥ Informieren von Behörden und Betreuungseinrichtungen über das Messie- Phänomen
- ♥ Öffentlichkeitsarbeit
- ♥ Zeitschrift *Lebenswende*

Abonnement der *Lebenswende*:

Hiermit bestelle ich die Zeitschrift *Lebenswende* für die Dauer eines Kalenderjahres zum Bezugpreis von 15,- Euro. Das Abo verlängert sich um ein weiteres Jahr, wenn nicht spätestens einen Monat vor Endes des Kalenderjahres gekündigt wird. **Für Mitglieder sind das Abonnement und die Broschüren gebührenfrei.**

Beitrittserklärung:

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt als Mitglied des Messie Selbsthilfe Netzwerkes. Ich erkläre mich ausdrücklich mit den Zielen des Vereins einverstanden. Die Mitgliedschaft ist in Form einer Mehrfachmitgliedschaft begründet. Das heißt, sie beinhaltet die Mitgliedschaft im FEM e.V.

Zur Zeit werden keine Mitgliedsbeiträge erhoben.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon, Fax

eMail

Datum

Unterschrift

oder werden Sie Fördermitglied:

Förderbetrag:.....Euro

Zutreffendes bitte ankreuzen: →