Mental Health Café

Das Mental Health Café Bielefeld ist ein niedrigschwelliger Begegnungsort für Menschen mit psychischen Erkrankungen oder seelischen Krisenerfahrungen, für Angehörige, für Begleitpersonen und für interessierte Menschen. In einer offenen und akzeptierenden Atmosphäre können sich Besucher*innen austauschen, Kontakte knüpfen und gemeinsam eine gute Zeit verbringen. Das Café möchte einen Raum ohne Stigmatisierung schaffen und damit Begegnung, gegenseitige Unterstützung und den offenen Umgang mit psychischer Gesundheit fördern. Das Angebot wird von Menschen mit und ohne eigener psychischer Krisenerfahrung gemeinsam gestaltet und ist trägerunabhängig ausgerichtet.

Handlungsfeld
Kultur und Freizeit

Leitziel
Angebote für Freizeit inklusive sportlicher Aktivitäten und Kultur sind erreichbar und zugänglich für Menschen mit Behinderungen. Dabei gibt es vielfältige Angebote für unterschiedliche Interessen, sowohl als spezielle Angebote für Menschen mit Behinderungen als auch in Form von Angeboten für alle Bürger*innen, die für Menschen mit Behinderungen zugänglich sind.

Operatives Ziel
Das Mental Health Café soll regelmäßige Begegnungen ermöglichen und dadurch soziale Kontakte, gegenseitigen Austausch und das Gefühl von Zugehörigkeit bei Menschen mit und ohne psychische Krisenerfahrungen stärken.

Querschnittsthemen
Barrierefreiheit, Zwischenmenschliche Beziehungen

Ursprung der Maßnahme
Stadt Bielefeld, Büro für Sozialplanung

Welche Indikatoren für die Zielerreichung werden gesetzt?
- Anzahl der Besucher*innen pro Café-Termin
- Anzahl der regelmäßigen Besucher*innen
- Bekanntheit des Angebots im Quartier

Wer muss mitmachen?
- Ehrenamtliche und engagierte Mitarbeitende
- Menschen mit eigener psychischer Krisenerfahrung als wichtige Mitgestalter*innen
- Kooperationspartner aus dem Quartier
- Café-Besucher*innen

Was braucht die Umsetzung und Durchführung?
- Geeignete und barrierefreie Räumlichkeiten
- Regelmäßige und verlässliche Öffnungszeiten
- Ehrenamtliche und engagierte Mitarbeitende

- Menschen mit eigener Erfahrung als wichtige Mitgestalter*innen
- Fachliche Unterstützung bei Bedarf
- Getränke und eine angenehme Café-Atmosphäre
- Niedrigschwelliger und kostenloser Zugang
- Möglichkeiten für Gespräche und Austausch
- Vernetzung mit psychosozialen Angeboten und Einrichtungen
- Öffentlichkeitsarbeit, damit das Angebot bekannt wird
- Finanzierung bzw. finanzielle Unterstützung
- Trägerunabhängige und offene Ausrichtung
- Ein wertschätzender und stigmatisierungsfreier Umgang

Welche Herausforderungen/ Grenzen sind aufgetreten? (Aufwand)

- Bereitstellung von Räumlichkeiten

Weiterführende Informationen

- Mental Health Café Bielefeld