



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen

A.T.E.K. e.V.

Angehörige Traumatisierter Einsatzveteranen und Einsatzkräfte



**"Der Kummer der nicht spricht,
nagt am Herzen bis es bricht !"**

William Shakespeare

#EhefrauEinesEinsatzveteranen



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“

A.T.E.K. e.V

Angehörige Traumatisierter Einsatzveteranen und Einsatzkräften



Die Gründerin und 1. Vorsitzende

Sandra Thamm

49 Jahre

verheiratet, 5 Kinder (Patchworkfamilie)

Logopädin

Zertifizierte Psych.Beraterin

Zertifizierte MHFA





#EhefrauEinesEinsatzveteranen



Hintergrund zur Gründung des Projektes / Vereins

- Mein Mann hat durch seine sechs Einsätze in Afghanistan, Pakistan und auf dem Balkan, eine komplexe PTBS erlitten, die uns im Alltag vor viele Herausforderungen stellt.
- Die Suche nach Gleichgesinnten zum Austausch und gegenseitiger Hilfe / Unterstützung zeigte mir, dass es in diesem Bereich keine Hilfen, insbesondere für Angehörige von ausgeschiedenen Einsatzkräften, gibt.
- Keine Angebote oder Selbsthilfegruppen der Bundeswehr für Angehörige, keine Aufklärung wie es im Alltag ist, mit einem Einsatzveteranen zusammen zu leben, der an PTBS erkrankt ist.
- Die vielen Rückmeldungen machten mir klar, dass der Bedarf an Hilfe und Aufklärung groß ist!
- So entschied ich mich, eine Online-Selbsthilfegruppe für Angehörige von Einsatzveteranen / Einsatzkräften zu gründen und begleiteten Austausch auf Augenhöhe anzubieten.



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt "Ehefrau eines Einsatzveteranen"



- Gegründet am 4. Oktober 2022
- Zunächst nur als anonymer Instagram-Account angelegt um die Belastungen einer Ehefrau / Familie im Alltag mit einem traumatisierten Einsatzveteranen zu schildern und darüber aufzuklären.
- In kürzester Zeit jedoch, wurde die Anzahl der Follower größer und es kamen immer mehr Anfragen von Angehörigen zu Tipps und Ratschlägen im Umgang mit PTBS'lern (Bundeswehr / Polizei / Rettungsdienst)



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- Oktober 2022 Gründung
- November 2022 Start der ersten Online - Selbsthilfegruppe
- Dezember 2022 1.Weihnachtsaktion für PTBS-Patienten der BwK



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- Januar 2023 Erster Auftritt auf "Veteranentalk"
- Februar 2023 Homepage ist Online www.ehefraueineseinsatzveteranen.de
- Februar 2023 1. Pressebericht über das Projekt und PTBS bei Veteranen
[Wenn der Krieg im Kopf nicht enden will - Lokales | IVZ-Aktuell](#)



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- März 2023 bis Juni 2025 Dipl.Psych. Fr. Sinja Schillinger unterstützt das Projekt fachlich
- März 2023 Die Nachfrage steigt – Start der 2. Online - Selbsthilfegruppe
- März 2023 Patch des Projektes ist da!



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- April 2023 Filmbeitrag von „NRWision“ in Dortmund über das Projekt und PTBS
[PTBS - Der ewige Krieg | Nahaufnahme | KURT | TU Dortmund | NRWision](#)
- April 2023 Organisation der 1. Marschgruppe zum 13K3-Marsch in Ibbenbüren mit 12 TN aus NRW, Niedersachsen, Baden-Württemberg und Thüringen
Artikel in der Lokalpresse: [„Jetzt bin ich ein Wrack“ - Lokales | IVZ-Aktuell](#)
- April 2023 Einrichtung des Sorgentelefon für Angehörige/Familien



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- April 2023 Porträt bei „Gesichter des Lebens“
- April 2023 Workshop mit Fr.Kaufmann zum Thema Duftöle, Entspannung, olfaktorische Reize bei PTBS
- Mai 2023 Zwei weitere „Sorgen-Telefone“ werden eingerichtet



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- Juni 2023 Informationsstand bei der 30. Landesdelegiertentagung der CDU Frauen NRW
- Juni 2023 Einladung ins BMVg zum PTBS-Beauftragten der Bw GenArzt Dr. Ahrens
- Juni 2023 Informationsstand beim Tag der Bundeswehr 2023 in Oldenburg



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- Juni 2023 Schulung zum PEER (Psychologischer Ersthelfer) 2 Teilnehmer
- Juli 2023 Aufteilung der Online – Selbsthilfegruppen Nord/Westt , Ost und Süd
- Juli 2023 Interview mit Dr. Hauke Friederichs
Bestsellerautor und sicherheitspolitischer Korrespondent „Die Zeit“ zum Thema PTBS und Angehörigenversorgung
[Trauma bei Soldaten: Traumatisiert und untherapiert | ZEIT ONLINE](#)



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- August 2023 Informationsstand beim "Salute our Troops Gameday des Football Teams „Rheine Raptors“
- September 2023 Gespräch mit Minister Boris Pistorius in Lotte
 - Übergabe einer Petition zur Verbesserung der Versorgung von Veteranen und Ihren Familien sowie zur Änderung des EinsWVG
 - Übergabe des Portfolio des Projektes "Ehefrau eines Einsatzveteranen"
 - Übergabe von persönlichen Falldarstellungen von Soldaten/Angehörigen



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Das Projekt „Ehefrau eines Einsatzveteranen“



Entwicklung

- September 2023 Gast in einem Veteranen Podcast
- Oktober/November 2023 Vereinsgründung A.T.E.K. e.V. und Gründungstreffen im Harz mit einer Lesung aus "Anaram" von und mit Stefan Brux
- November 2023 BM´in a.D. und MdB Anja Karliczek (CDU) übernimmt die Schirmherrschaft für den Verein A.T.E.K.e.V.
- Dezember 2023 2. Weihnachtspaketaktion für die PTBS-Patienten der Bundeswehrkrankenhäuser



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



- Dezember 2023 Besuch durch Merle Spellerberg, MdB – Vorstellung des Vereins und Arbeit
- Dezember 2023 Gespräch mit Johannes Arit, MdB - Vorstellung des Vereins- Gespräch über Änderung des EinsWVG
- Dezember 2023 Einladung durch OTL i.G. Bohnert zum 1.Veteranenkongreß des DBwV im Februar 2024
- Dezember 2023 Einladung zur EnforceTac im Februar 2024 in Nürnberg
- Januar 2024 Fr. Lena Sparwald Dipl.Sozialpädagogin u. Dipl. Sozialarbeiterin B.Sc. verstärkt den Verein



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K e.V.



- Februar 2024 Teilnahme Podiumsdiskussion der Regierungsfractionen und Union im Bundestag: „Eine neue Politik für Veteraninnen und Veteranen in Deutschland“

Teilnehmer:

MdB Merle Spellerberg B90/Die Grünen

MdB Johannes Arlt SPD

Wolf Gregis Einsatzveteran und Autor

Dr.Hans-Peter Bartels Präsident Gesellschaft für Sicherheitspolitik e.V. Ehemaliger Wehrbeauftragter

OTL i.G. Marcel Bohnert Stellvertreter des Bundesvorsitzenden DBwV e.V.

Sandra Thamm Angehörige , 1.Vorsitzende und Gründerin A.T.E.K. e.V.

Bernhard Drescher Bundesvorsitzender BDV e.V.

David Hogenkamp Niederländisches Veteraneninstitut

Moderation: Brigadegeneral a.D. Michael Bartscher



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K. e.V.



- Februar 2024 Gespräch mit OTL Bruder - Leiter Leitstelle Lotsen am Zentrum Innere Führung der Bundeswehr
- Februar 2024 Teilnahme am 1. Veteranenkongreß des DBwV in Berlin
- Februar 2024 Besuch und Gespräch im Veteranenbüro des BMVg Berlin

Filmbeitrag ARTE über das Projekt A.T.E.K.e.V. [Veteranen kämpfen um Wertschätzung - Die ganze Doku | ARTE](#)



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K. e.V



- Februar 2024

Teilnahme an der Messe EnforceTac auf Einladung der Messe Nürnberg

Filmbeitrag bei SAT 1 Bayern

[Nürnberg: Waffenmesse „Enforce Tac“ startet | Sat1](#)

Filmbeitrag bei Franken TV

[Enforce Tac: Messe für innere und äußere Sicherheit in Nürnberg | Franken Fernsehen](#)

Link zur Messe:

[Enforce Tac | A.T.E.K. e.V.](#)



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K. e.V.



- März 2024 Onlinegespräch mit MdB Johannes Arlt - Änderung des EinsWVG
- Mai 2024 Organisation der 2. Marschgruppe zum 14K3 Marsch in Ibbenbüren mit 20 Teilnehmern
- Mai 2024 Interview mit Dr.Hauke Friederichs „ZEIT“
- Juni 2024 Infostand beim Veteranentag des BDV und Infostand beim Tag der Bundeswehr in Augustdorf



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K. e.V.



- Juni 2024 Luftballonaktion & Postkartenaktion mit Gewinnspiel zum 1. nationalen Veteranentag
- Oktober 2024 2. Jahrestreffen der Vereinsmitglieder in NRW mit Auftritt des Musikers Jesse Cole
- Dezember 2024 3. Weihnachtsaktion für die PTBS-Patienten der Bundeswehr Krankenhäuser



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



- Januar 2025 Teilnahme Gründungsveranstaltung "Runder Tisch der Veteranen" in Berlin
- Januar 2025 Einladung in den Bundestag zur Plenarsitzung anlässlich der Verabschiedung des Artikelgesetzes „Zeitenwende“
- Januar 2025 Einladung zur Feierstunde anlässlich des ersten Geburtstag des Veteranenbüros mit anschließendem Empfang



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



- Mai 2025 Einladung durch den deutschen Militärattaché in Dänemark zum Benefizkonzert für dänische Veteranen in der Holmenskirche, Kopenhagen
- Juni 2025 Teilnahme und Infostand beim ersten öffentlichen nationalen Veteranentag in Berlin
- Juni 2025 Persönliche Einladung Minister Boris Pistorius anlässlich der Verleihung der Manfred Wörner Medaille und Verabschiedung von General Christopher G. Cavoli US Army, Supreme Allied Commander Europe und Commander Unites States European Command, mit großem Zapfenstreich
- Oktober 2025 3. Jahrestreffen der Mitglieder von A.T.E.K.e.V. in Recke/NRW
- November 2025 4. Weihnachtspaketaktion für die PTBS Patienten der Bundeswehrkrankenhäuser



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



- Januar 2026 Teilnahme „Runder Tisch der Veteranen“, Potsdam
- Februar 2026 Persönliche Einladung zur Auftaktveranstaltung des nationalen Veteranentages 2026 durch die Stellvertreterin des Generalinspektors der Bundeswehr Frau Generalstabsarzt Dr. Nicole Schilling
- Mai 2026 Teilnahme „Runder Tisch der Veteranen“, Berlin





#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.

Das Team/Vorstand (2026)



Sandra Thamm
1.Vorsitzende u. Gründerin
Psych.Beraterin
MHFA
Leitung der Online-Selbsthilfegruppen



Martin Thamm
Einsatzveteran
Finanzvorstand / Presse-Öffentlichkeitsarbeit
Schwerbehindertenberatung
Komplexe Posttraumatische Belastungsstörung



Alexandra Tilmes-Sienert
2. Vorsitzende
MHFA



Sabine Auras
Schriftführerin
MHFA



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.

Psychosoziale Unterstützung



Lena Sparwald
Diplom Sozialarbeiterin B.Sc.
Dipl. Sozialpädagogin B.Sc.
Beratung für Kinder und Jugendliche



Dörte Leyser
Psychologische
Psychotherapeutin
Psychologische Beraterin



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.

Unterstützer



Seit 2024 wird A.T.E.K.e.V. von ARX Robotics unterstützt. Im Rahmen der Messe Enforce Tac 2024 haben wir einen der Gründer, Stefan Röbel (Offizier und Einsatzveteran der Bundeswehr), kennen gelernt. Wir haben uns lange über die Arbeit von A.T.E.K.e.V. und über die Situation von Familien / Angehörigen von traumatisierten Einsatzkräften ausgetauscht. Sowohl Stefan als auch der Rest des Gründerteams waren angetan von unserer Arbeit und sprachen sich für eine Unterstützung unseres Vereins und unserer Arbeit aus. Daraus entsand ein reger Kontakt, Austausch und eine Freundschaft die von gegenseitigem Respekt und Anerkennung getragen wird. Wir sind froh einen Partner wie ARX Robotics an unserer Seite zu haben.



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



Kontaktaufnahme Online - Selbsthilfegruppe

Anmeldung für Rede - und Unterstützungsbedarf

- über Webseite per Kontaktformular
- Anruf Sorgentelefone
- per WhatsApp Sorgentelefone
- Social Media (z.B. Instagram über Direct Message)
- per E - Mail an ehfraueneinsatzveteranen@gmail.com

Die Rückmeldung erfolgt innerhalb 24 Std. zwecks Terminabsprache zum Einzelgespräch über eine Online-Plattform oder Telefon



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



Kontaktaufnahme Online - Selbsthilfegruppe

- Nach Erstgespräch erfolgt Aufnahme in die reguläre WhatsApp-Gruppe/Notfall-WhatsApp-Gruppe, falls gewünscht
- Zusenden der Handanweisung und Gruppenregeln per E-Mail
- Begrüßen der neuen Teilnehmer in der WhatsApp-Gruppe
- Eine Mitgliedschaft im Verein ist **keine** Bedingung um Hilfe zu bekommen



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



Kontaktaufnahme Psychosoziale Hilfe

- Bedarfsanmeldung einer psychologischen Beratung oder Jugendlichen/Kinder Beratung per E-Mail oder Telefon an 1. Vorsitzende
- Kontaktdatenweitergabe nach vorheriger Absprache an das Team der psychosozialen Hilfe des Vereins
- Kontaktaufnahme durch Team Psychosoziale Hilfe spätestens innerhalb von 24 Std.
- Kurze Rückmeldung an Vorstand ob der Kontakt zustande gekommen ist
- Alle Gespräche werden vertraulich, gem. der DSGVO und des jeweiligen Berufsstandes (Schweigepflicht) behandelt



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



Bereits umgesetzte Großprojekte

- Jährliche Fortbildungsangebote für Vereinsmitglieder:
Psychologische Erste Hilfe, Stressmanagement, Kommunikation, Selbstfürsorge, Paarberatung (für Mitglieder - finanziert durch den Verein)
- Erstellen eines ganzheitlichen Präventionskonzeptes mit Bausteinen aus Wissen, Praxis, Bewegung und alltagstauglichen Workshops - dazu veröffentlichte Publikationen: **E.M.M.A.** , **B.A.S.E.** und **Lasst uns reden!**.
- Vorträge zum Thema PTBS (Panel und Vorträge bei VHS Münster und D/NL Korps Münster)
- Aufbau eines Netzwerkes zur Hilfestellung bei Anträgen für z. B. Pflegegrad, Wehrdienstbeschädigung, Schwerbehinderung - mit Schwerbehindertenvertretung der DHPol und der HSBV des IM NRW
- Aufklärungsarbeit durch Infostände (TdBw, Veteranentag, Ausstellung, Wanderausstellung DISEKO)



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.

Zukunftswerkstatt



- Aufbau zentraler Anlaufstellen in Anlehnung an das Konzept der Caritas (Beratungsstellen für Ehe – Familie und Lebensfragen) deutschlandweit
- Erstellen von Informationsbroschüren für Angehörige
- Erstellen einer Liste von Psychotherapeuten für Kinder und Jugendliche
- Liste von Psychotherapeuten mit Schwerpunkt PTBS bei Einsatzkräften



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

Der Verein A.T.E.K.e.V.



Zukunftswerkstatt

- Integrieren des Störungsbildes PTBS bei Einsatzkräften im Studium Psychologie /Psychiatrie
- Vorbeugende Betreuung der Angehörigen im Umgang mit der PTBS im Alltag
 - Stichwort Familienhilfe, z. B. regelmäßige Hausbesuche, um auftretende Schwierigkeiten zügig zu erkennen und nötige Hilfen in die Wege zu leiten
 - allgemeine Entwicklung der Kinder beobachten und Hilfsmöglichkeiten aufzeigen (Psychotherapie, Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie)



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

A.T.E.K.e.V.

Angehörige traumatisierter Einsatzveteranen & Einsatzkräfte



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !



#EhefrauEinesEinsatzveteranen

www.ehefraueineseinsatzveteranen.de