



# Bayerische Messie Hotline

## H-TEAM auf einen Blick

- AMBULANTE WOHNUNGSHILFE
- AMBULANTES WOHNTRAINING
- AMBULANTE WOHNUNTERSTÜTZUNG
- BAYERISCHE MESSIE-HOTLINE
- BETREUTES EINZELWOHNEN FÜR PSYCHISCH KRANKE
- RECHTLICHE BETREUUNG UND VORMUNDSCHAFTEN FÜR UNBEGLEITETE MINDERJÄHRIGE FLÜCHTLINGE
- RECHTSBERATUNG FÜR ARME MENSCHEN
- SCHULDNER- UND INSOLVENZBERATUNG

### Spendenkonto:

Raiffeisenbank München-Süd eG

IBAN: DE38 7016 9466 0000 7034 78

BIC: GENODEF1M03

Spendenquittungen zur steuerlichen Absetzung werden auf Wunsch ausgestellt.

Vereinsregister München VR 13239

St. Nr. 143/217/00315

## Das Messie-Syndrom

Nach Schätzungen sind rund 10 bis 15 % der deutschen Bevölkerung unterschiedlich stark vom Messie-Syndrom betroffen. Eine einheitliche Definition gibt es noch nicht. Im Allgemeinen sind unter „Messies“ Menschen gemeint, die Probleme haben, ihren Alltag zu organisieren und für den Fall aller Fälle alles Mögliche aufbewahren. Messies sind meist optimistische, vielseitig interessierte und offene Menschen. Durcheinander in der Wohnung, nichts wegwerfen können, nie fertig werden und nie genug Zeit haben, lässt von diesen Persönlichkeitsmerkmalen oft wenig zum Vorschein kommen. Sie haben große Schwierigkeiten Entscheidungen zu treffen und somit Prioritäten zu setzen. Als Grund- oder Begleiterkrankung finden sich zumeist Depressionen, Angst- und Zwangsstörungen, Traumatisierungen sowie Suchtstrukturen.

### H-TEAM e.V.

Gemeinnütziger und mildtätiger Verein  
zur Förderung der freien Wohlfahrtspflege

Plinganserstraße 19 // 81369 München

mail [info@h-team-ev.de](mailto:info@h-team-ev.de) //

mail [messie@h-team-ev.de](mailto:messie@h-team-ev.de) //

web [www.h-team-ev.de](http://www.h-team-ev.de)



H-TEAM E.V.  
hilft Bürgern in Not

gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



H-TEAM E.V.  
hilft Bürgern in Not



## Zielgruppen

Für Menschen mit Messie-Syndrom oder Schwierigkeiten bei der Strukturierung ihrer Wohnung, deren sozialem Umfeld (u.a. Lebenspartner, Angehörige, Freunde) möchten wir bayern- und bundesweit ein Hilfetelefon anbieten. Auch beruflich mit dem Thema Betroffene finden über die Bayerische Messie-Hotline Ansprechpartner.

### Wir wollen helfen bei Fragen wie:

- Ich kann mir nicht erklären, warum ich so viel haben und sammeln muss. Wieso ist das überhaupt so? Was kann ich für mich tun?
- Ich suche Hilfe für mich. Die Wohnung ist voller Kleidung und auch Müll. Ich arbeite erfolgreich, komme aber mit meiner Wohnung nicht klar. Ich bin mehrfach traumatisiert und depressiv. Gibt es Hilfen für mich?
- Gibt es auch eine Messie-Selbsthilfegruppe in meiner Gegend? Was kostet es ungefähr, wenn man Ihren Dienst in Anspruch nimmt?
- Helfen Sie auch in unserer Region? Kostet Ihre Hilfe etwas? Wie können wir jetzt vorgehen?
- Mein Partner ist Messie. Seit zwei Jahren leben wir in getrennten Wohnungen, doch mein Partner hat immer noch Unmengen in der ehemals gemeinsamen Wohnung. Ich möchte eine endgültige räumliche Trennung, mein Freund schafft es aber nicht.
- Ich wende mich an Sie, da ich mit meinem Leben im Moment überfordert bin: Schulden, Depressionen und Messieansätze. Ich hoffe, dass ich bei Ihnen Hilfe finde, damit ich wieder ein normales Leben auf die Reihe bekomme.



**H-TEAM E.V.**  
hilft Bürgern in Not



## Unser Angebot

- Wir beraten Sie DI von 9-12 Uhr und DO von 15-18 Uhr
- Unsere Experten besprechen mit Ihnen Lösungsansätze
- Sie bekommen wichtige Fachinformationen sowie gegebenenfalls weitergehende Unterstützungsangebote
- Vermittlung von Hilfe in Ihrer Nähe
- Besprechen der nächsten Schritte
- Emotionale Ermutigung
- Hinweis auf Selbsthilfegruppen
- Tipps im Umgang mit Ihren Angehörigen
- Hilfe per Telefon

Wir freuen uns über Ihren Anruf!



**H-TEAM E.V.**  
hilft Bürgern in Not



## Wer wir sind

Der **H-TEAM e.V.** hat sich zum Ziel gesetzt, ein umfassendes Dienstleistungsnetz für Menschen bereitzustellen, die Hilfe benötigen, weil Krankheit, Unfall, Alter oder andere Schicksale sie an den Rand der Gesellschaft gedrängt haben.

Die verschiedenen Abteilungen des 1990 gegründeten wohltätigen Vereins arbeiten eigenständig und unabhängig von einander, jedoch in fachlichem und kollegialem Austausch. Wir erbringen unsere Dienstleistungen nach dem Motto:

**Schnelle Hilfe ist doppelte Hilfe!**

Durch unser differenziertes, abgestimmtes Hilfeangebot möchten wir Münchner Bürgerinnen und Bürgern ein würdiges Leben im vertrauten Zuhause ermöglichen.

Darüber hinaus bieten wir unseren Klientinnen und Klienten Schuldner- und Rechtsberatung sowie die Leistungen des Betreuungsvereins an.

Unser Dachverband ist:



**H-TEAM E.V.**  
hilft Bürgern in Not