

Wir treffen uns

an jedem
2. Montag im Monat
um 18:30 Uhr
im Kardinal-Volk-Haus,
Kirchenplatz 8,
55232 Alzey



Kontaktaufnahme:
0152 / 538 105 62
0178 / 88 290 53

shg.az-wo@web.de

Die Angehörigengruppe
ist dem
Landesverband der Angehörigen
psychisch erkrankter Menschen
in Rheinland-Pfalz e.V.
angeschlossen.

www.lapk-rlp.de
info@lapk-rlp.de



familien **selbsthilfe
psychiatrie**

Selbsthilfegruppe

für
Angehörige
und Bezugspersonen
von
psychisch erkrankten
Menschen

Unsere Sorgen, unsere Nöte...

Wenn ein Mensch psychisch krank wird,
sind Familienmitglieder und
Bezugspersonen meist mit betroffen
und leiden darunter.

Tägliche Belastungen und
Einschränkungen, Scham und
Schuldgefühle führen dazu, dass die
Betroffenen zunehmend in Isolation
geraten.
Hilflosigkeit und Überforderung
machen sich breit.

Sie fragen sich:
„Was habe ich falsch gemacht oder
versäumt?
Worin könnte die Ursache liegen?
Was kann ich tun?“

Wenn Hilfe von außen erforderlich wird,
stoßen Familien und Bezugspersonen oft
auf ein unübersichtliches, lückenhaftes
Versorgungsnetz.
Sie fühlen sich mit ihren Ängsten und
Nöten allein gelassen.

Entlastung erfahren...

In der Selbsthilfegruppe haben
Angehörige und Bezugspersonen von
psychisch erkrankten Menschen
Gelegenheit, in geschütztem Rahmen
ihre Probleme und Sorgen zu besprechen.

In gegenseitigem Erfahrungsaustausch
können sie lernen, die Krankheit zu
verstehen und besser damit umzugehen.

Sie erfahren in der Gruppe Verständnis
und Solidarität.
Sie werden ermutigt und unterstützt,
hilfreiche Veränderungen zu schaffen
und eigene Bedürfnisse aktiv zu vertreten.

Die Gruppe beantwortet Fragen zur
aktuellen psychiatrischen Versorgungs-
situation und zu gemeindepsychiatrischen
Hilfeangeboten.

Professionelles Informationsmaterial und
Broschüren stehen jedem Teilnehmer
zur Verfügung.

Unser Ziel ist, ...

dem erkrankten
Angehörigen
gerecht zu werden

und

uns selbst dabei
nicht zu vergessen.

