

WAS WIR TUN

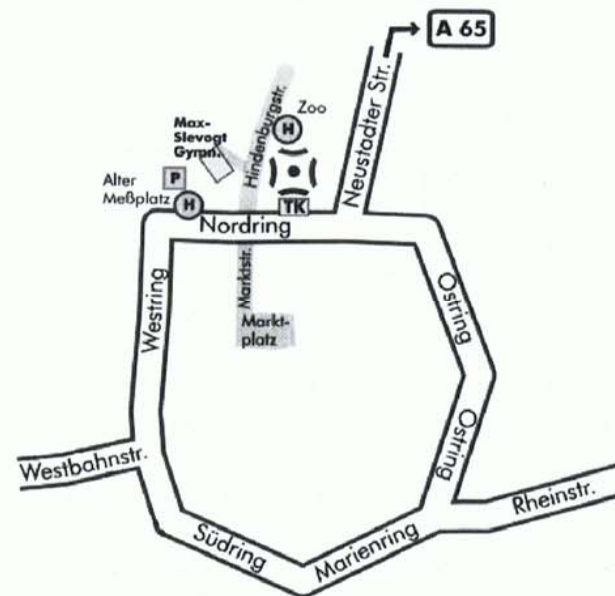
- Wir lernen, psychische Erkrankungen besser zu verstehen, mit ihnen umzugehen und entlastende Hilfsangebote anzunehmen.
- Wir bieten eine Plattform für Gesprächsrunden, Erfahrungsaustausch und Informationen.
- Wir wollen gemeinschaftlich die Selbsthilfe stärken.
- Wir bemühen uns, durch Öffentlichkeitsarbeit zum Verständnis psychischer Erkrankungen beizutragen und Vorurteilen entgegenzuwirken.
- Wir halten Verbindung zu Fachleuten der verschiedenen psychiatrischen Versorgungseinrichtungen.
- Wir bringen unsere Erfahrungen aus der Selbsthilfe auf allen psychiatrischen Arbeitsfeldern ein.
- Wir unterstützen Reformvorhaben zur Stärkung der Rechte von Betroffenen.
- Wir setzen uns ein für Verbesserung und Ausbau eines gemeindenahen, vernetzten Versorgungsangebots, das sich an den Bedürfnissen der Betroffenen orientiert.
- Wir vertreten die Interessen der Angehörigen psychisch Kranker auf allen politischen und gesellschaftlichen Feldern.
- Wir stehen mit den regionalen Selbsthilfegruppen in Rheinland-Pfalz in Kontakt und unterstützen ihre Arbeit.
- Wir halten Kontakt zum Bundesverband und zu den Landesverbänden der anderen Bundesländer.

KOMMEN SIE ZU UNS! WIR VERSUCHEN ZU HELFEN

Sie waren bisher vielleicht allein mit Ihren Problemen und haben die Hoffnung auf einen Ausweg schon aufgegeben. Vielleicht haben wir Ihnen jetzt ein wenig Mut gemacht. Wir würden uns freuen, Sie kennenzulernen. Kommen Sie doch einfach mal vorbei.

Wir treffen uns **jeden dritten Dienstag des Monats** um **18:00 Uhr** in der **Tagesklinik** des Pfalzkrankenhauses in **Landau, Nordring 9**, neben ADAC.

Wegbeschreibung:



Telefonkontakte:
Tel. 06348 / 1558

Tel. 06346 / 1210

Rat und Hilfe für Angehörige psychisch Kranker



**familien selbsthilfe
psychiatrie**

Herausgeber:

Angehörigengruppe Landau/Südpfalz
Mitglied im Landesverband der Angehörigen
psychisch Kranker Rheinland-Pfalz e.V.

DIE NOT DER ANGEHÖRIGEN

Wenn ein Angehöriger psychisch krank ist, leidet die ganze Familie mit. Die Not der Angehörigen ist gekennzeichnet durch:

■ Angst und Ratlosigkeit

■ Schuld und Schamgefühl

■ Vereinsamung und Überforderung

■ Unverständnis und Vorurteile

■ Ungerechtigkeiten und Einschränkungen

DIE CHANCE ZUR HILFE

Hilfe ist möglich in unserer Gruppe für Angehörige. Unser Gesprächskreis wird von erfahrenen Angehörigen geleitet. Auch Fachleute kommen zu Wort.

In unserer Gruppe werden Sie informiert über mögliche Hilfsangebote. Sie erleben, dass Sie mit ihren Sorgen nicht alleine sind.
Das macht Mut.

Beim Zusammensein mit anderen kann man sich davon freisprechen. Wir erfahren, welches komplizierte Zusammenspiel zu einer psychischen Erkrankung führen kann.
Das entlastet.

In unserer Gruppe erfahren Sie, dass Sie das Recht haben, auch für Ihr eigenes Wohlergehen zu sorgen. Sie können Menschen mit gleichen Schicksalen kennernlernen.
Das führt zu neuen Freundschaften.

In der Gruppe spüren Sie, dass es keine Schande ist, einen psychisch Kranken in der Familie zu haben. Man muss sich nicht verstecken.
Das macht Offenheit möglich.

Die Solidarität in unserer Gruppe ermöglicht es, gemeinsam gegen Ungerechtigkeiten und Missstände anzugehen, denen die einzelne Familie sich hilflos ausgeliefert sieht.
Das stärkt das Selbstvertrauen

WER WIR SIND

- Wir sind Angehörige und Freunde von psychisch kranken Menschen.
- Wir sind Betroffene, die den Leidensdruck und das Gefühl der Ausweglosigkeit kennen.
- Wir fühlen uns oft überfordert und allein gelassen.

WAS WIR WOLLEN

- Wir wollen uns gegenseitig unterstützen und Mut machen.
- Wir wollen die Interessenvertretung für unsere Angehörige sein.
- Wir wollen Isolation und Vorurteile abbauen.
- Wir wollen Defizite und Missstände benennen und Verbesserungen einfordern.