

Kontakt

Gruppenleitung:
Gabriele

Email:
angehoerige-landsberg@outlook.de

Ort:
Wir treffen uns im Gebäude der
Caritas Landsberg
Lechstraße 2
Konferenzraum, 1. Stock

Termine:

Wir treffen uns alle vier Wochen,
am Mittwoch oder am Donnerstag
um 18:30 Uhr

Termine können variieren, die
Gruppenmitglieder werden vor jedem
Treffen informiert.

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Gemeinsam sind wir stark!

Die Gruppe wird unterstützt von

Oberbayerische Initiative
der Angehörigen psychisch Erkrankter
Landsberger Str. 139 RGB, 80339 München
www.oberbayerische-initiative.de

Sozialpsychiatrischer Dienst
Caritasverband
für den Landkreis Landsberg e.V.
Lechstraße 2
86899 Landsberg am Lech



gefördert durch den



Selbsthilfegruppe
für Angehörige von
psychisch erkrankten
Menschen in Landsberg

Wir Angehörige...

...erleben unsere Rolle oft als psychisch und physisch sehr belastend.

- Wir selbst können unseren erkrankten Mitmenschen oft nicht verstehen, wir wissen nicht, wie wir mit den Krisen umgehen sollen. Es gibt ein ständiges Auf und Ab. Wir fühlen uns allein gelassen, hilflos und verzweifelt.
- Eine psychische Erkrankung belastet das Familienleben sehr: Alles dreht sich nur um den erkrankten Menschen. Den Familienfrieden zu erhalten kostet uns sehr viel Kraft.
- Im Freundeskreis stoßen wir oft auf Unverständnis oder werden mit Ratschläge überschüttet
- Es plagen uns Schuldgefühle gegenüber den Erkrankten, aber es erfasst uns auch die Wut.
- Wir suchen nach Therapiemöglichkeiten, kämpfen mit fehlender Krankheitseinsicht bei den Erkrankten, sorgen uns um deren Zukunft und finanzielle Absicherung.

In unserer Selbsthilfegruppe...

... können wir offen über unsere Probleme und Sorgen sprechen. Wir hören uns gegenseitig zu. Wir teilen unsere Erfahrungen und diskutieren Lösungsansätze.

Wir lachen aber auch gemeinsam und freuen uns zusammen über jeden kleinen Lichtblick.

Wir haben viel erreicht, wenn wir uns entspannt und mit neuer Kraft verabschieden.

Alle Angehörigen sind willkommen!

- Eltern
- Kinder
- Geschwister
- PartnerInnen
- Großeltern
- und andere (Mitbewohner,...)

