

## Und die Chance zur Hilfe

In der Gruppe für Angehörige bieten sich Möglichkeiten zur Aussprache und Informationen über mögliche Hilfen. Sie sind nicht allein mit Ihren Sorgen.

Angehörige müssen lernen, sich nicht restlos aufzuopfern, sondern an ihr eigenes Leben und Wohlergehen zu denken.

Man spürt, es ist keine Schande, einen psychisch Kranken in der Familie zu haben.

## Kontakt

Eine Teilnahme an der Gruppe ist ohne Voranmeldung möglich.

Für weitere Informationen können Ansprechpartner der Gruppe über die Telefonzentrale des Psychosozialen Trägervereins Solingen e.V. (0212 24821-0) kontaktiert werden.

Auch Freunde, Kollegen und Bekannte sind manchmal ratlos und haben Fragen.

## Unsere Treffen

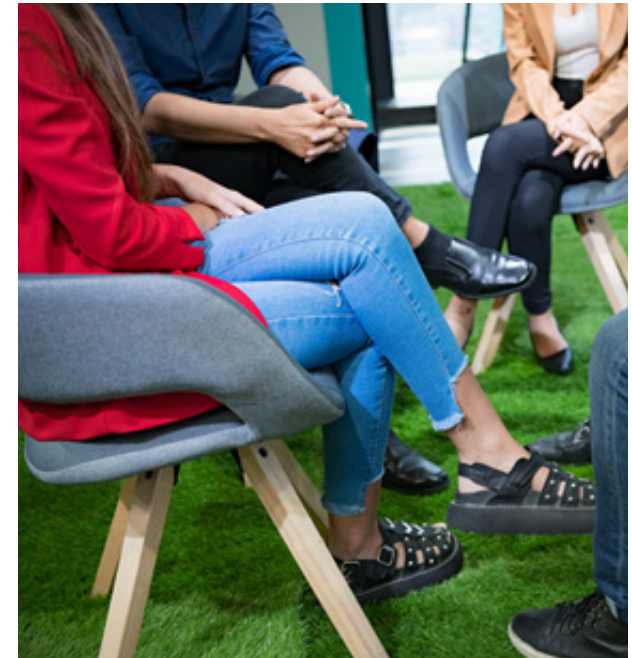
Wir treffen uns

- montags von 19.00 Uhr – 21.00 Uhr
- 14 – tägig in den ungeraden Kalenderwochen im Psychosozialen Trägerverein Solingen e.V., Eichenstraße 105.

Wir wollen uns gegenseitig stützen und Hilfe sein, uns untereinander gegenseitig beraten oder auch fachlich durch kompetente Menschen beraten lassen.

## Von der Seele reden

### Gruppe Angehörige psychisch Erkrankter in Solingen



Mit Unterstützung des

Psychosozialer  
Trägerverein  
Solingen e.V.  
Zentrum für seelische Gesundheit



## Über 25 Jahre Selbsthilfe in Solin- gen

### Wir stellen uns vor


Wir sind Menschen, die zwischen Staunen und Bestürzung, Selbstanklage und Schuldzuweisung, Hoffnung und Verzweiflung erleben, wie ein naher und vertrauter Mensch fern und fremd geworden ist.

Wenn Gedanken, Gefühle und Gespräche sich verdrehen, verwirren und verirren, dann wird die Selbsthilfegruppe bedeutsam.

### In der Gruppe

- Wir fassen Mut
- Wir fühlen uns entlastet
- Wir atmen auf
- Das Selbstvertrauen wächst

### Mit Unterstützung des

Psychosozialer  
Trägerverein  
Solingen e.V.  
  
Zentrum für seelische Gesundheit



### Die Not der Angehörigen

Bei psychischen Erkrankungen leidet die ganze Familie mit. Gekennzeichnet ist die Not der Angehörigen durch:

- Angst und Ratlosigkeit
- Schuld und Schamgefühle
- Überforderung
- Unverständnis und Vorurteile
- Vereinsamung
- Ungerechtigkeiten

