

Organisatorisches

Wir treffen uns jeden 3. Dienstag im Monat
um 19:00 Uhr im Ehrenamtlichen Selbsthilfzentrum des
Fördervereins der Lübecker Selbsthilfgruppen e.V.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!
Die Teilnahme ist kostenlos!

Ansprechpartnerinnen für weitere
Informationen und Terminbestätigungen
sind:

Telefon:
0431- 260956-90

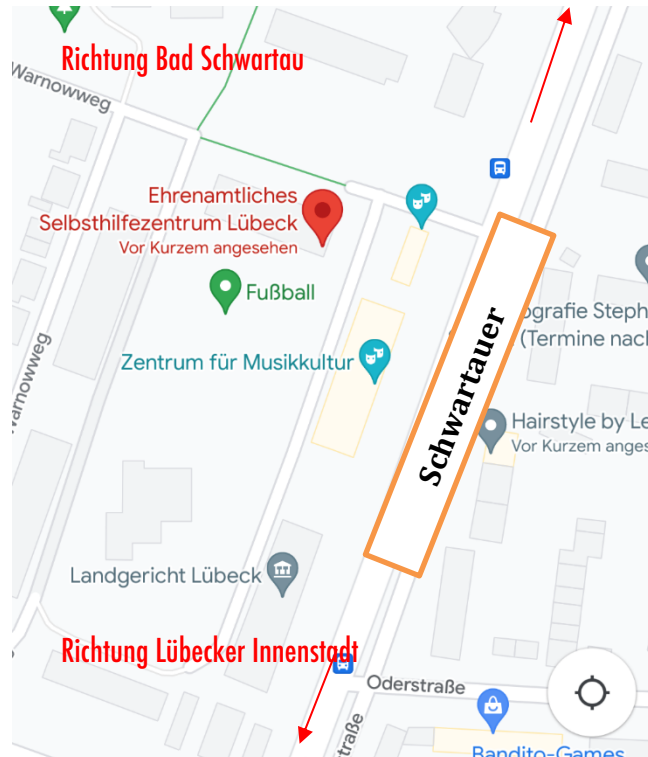


Internet:
www.lvsh-afpk.de

E-Mail:
selbsthilfgruppe.luebeck@lvsh-afpk.de

So finden Sie uns

Adresse:
Ehrenamtliches Selbsthilfzentrum des Fördervereins der
Lübecker
Selbsthilfgruppen e.V.
Elmar- Limberg-Platz 2
(Ecke Peenestieg)
23554 Lübeck



Anbindung:
Buslinie 1
Haltestelle Peenestieg (150m Zu Fuß)
Buslinien 3,8 und 10
Haltestelle Bogenstraße

SELBSTHILFEGRUPPE DER ANGEHÖRIGEN PSYCHISCH KRANKER LÜBECK



LANDESVERBAND
SCHLESWIG-HOLSTEIN DER ANGEHÖRIGEN UND FREUNDE
PSYCHISCH KRANKER E. V.
www.lvsh-afpk.de

Wer sind wir?

Wir sind betroffene Angehörige, Partner:innen und Freund:innen von erkrankten Menschen aus Lübeck und Umgebung

Wer trifft sich in unserer Gruppe?

Alle Angehörigen, die als

- Mutter
- Vater
- Ehepartner:in
- Schwester
- Bruder
- Freund:in
- Partner:in
- Kind

mit ihren Problemen, die durch die psychische Erkrankung des Angehörigen entstehen, konfrontiert sind.

Was wollen wir in der Gruppe gemeinsam bewirken?

- uns einfach gemeinsam austauschen
- gegenseitiges Verständnis zeigen
- Unterstützung geben
- zu Expert:innen in der eigenen Sache werden (Hilfe zur Selbsthilfe)
- Welchen Einfluss haben wir auf unsere Angehörigen? – diese und weitere Fragen erörtern
- Wie können medizinische, therapeutische und soziale Anbindung und Versorgung gelingen?
- uns über behördliche Angelegenheiten gegenseitig informieren
- gegenseitig Stärkung in der jeweiligen Situation geben
- gemeinsam nach Lösungsansätzen suchen
- Verständnis und Unterstützung in der Öffentlichkeit mobilisieren
- den achtsamen Umgang mit uns selbst fördern
- AntiStigma Arbeit
- Selbstvertretung der Angehörigen

Welche Themen und Probleme können angesprochen werden?

Sie dürfen alles ansprechen, was Ihnen auf der Seele liegt ...

- Wie es Ihnen mit der Situation ergeht
- Fragen über (Handlungs-) Möglichkeiten
- Austausch über Erfahrungen
- Informationsbeschaffung über psychische Erkrankungen
- Wirkung von Medikamenten
- Vollmachten / gesetzliche Betreuung
- Austausch über Anbindungsmöglichkeiten
- Emotionale An- und Überforderung
- Und vieles mehr – die Themen kommen aus der Gruppe!