

Unsere Ziele

- von der Passivität zur Aktivität
- in der Gruppe Hoffnung schöpfen und neuen Lebenssinn finden
- Eigenverantwortung und Selbstbestimmung fördern
- Ausgrenzung und Bevormundung überwinden
- durch Gemeinsamkeit entsteht ein WIR. Das macht stark. DICH. Andere. Uns alle.
- von der Erkrankung zur Genesung
- von Ohnmacht zur Selbstbestimmung

Was wir tun

- Antworten finden durch Erfahrungsaustausch untereinander
- das persönliche Wissen über die eigene Krankheit und den Umgang damit fördern
- Perspektiven und Lösungsansätze finden
- Zeit zum Zuhören
- Krisen (Frühwarn-) Symptome besser verstehen lernen
- Symptome verändern
- im Umgang mit den Problemen voneinander lernen

Die Teilnahme an der Gruppe ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

E-Mail: Psyche.To.Go@t-online.de

Web: www.Psyche-To-Go.jimdofree.com

Wir möchten den Selbsthilfe-Gedanken weitertragen. Daher unterstützen wir die Kampagne der Bundesarbeitsgemeinschaft für Selbsthilfe.

Quelle: BAG Selbsthilfe e.V.



Selbsthilfegruppe für Menschen mit seelischer Erschütterung und ihre Angehörigen



Wörth an der Donau

„Psyche To Go“

Treffpunkt und Termine:

Um 18.30 Uhr in den Räumlichkeiten der
BRK-Rettungswache
Wörth a. d. Donau/Oberachdorf
Ahornstraße 1
1. Treffen am 15.11.2018
dann 29.11./13.12.
10.01.2019 und Folgetermine

Bitte parken Sie **nicht** im Hof der Rettungswache.

ICH LIEBE MEIN LEBEN!

Jeder Mensch kann im Laufe seines Lebens in Situationen geraten, mit denen er nicht gerechnet hat. Plötzlich gehen die Dinge nicht mehr ihren gewohnten Gang.

Unsere Seele kann durch eine Krankheit oder altersbedingt in eine Schiefelage geraten.

Ein Gefühl der Ohnmacht und des Ausgeliefertseins kann entstehen.

Verschiedenste Hilfsmöglichkeiten stehen zu Verfügung. Ein Weg etwas zu verändern kann durch Selbsthilfe erfolgen.

Selbsthilfe ist ein wichtiger Baustein zu mehr Lebensqualität, daher haben wir für unsere Selbsthilfegruppe den Namen

Psyche To Go

gewählt.

Auf diesem Weg möchten wir durch Veränderung der inneren und äußeren Lebens- und Genesungssituation die Lebensqualität verbessern.

Unsere Selbsthilfegruppe ist offen für Menschen, die mit einer seelischen Erschütterung konfrontiert sind. Dabei sind Betroffene und Angehörige gleichermaßen angesprochen.

Der einzelne Mensch steht im Vordergrund, egal welche Diagnose er offiziell erhalten hat.

- WIR -
die Gruppengründer

sind Psychiatrieerfahrene und Angehörige.

Wir werden unterstützt durch einen ausgebildeten Patientenfürsprecher und den Verein der Angehörigen psychisch Kranker Regensburg e.V. Weiterhin trägt Fachpersonal mit seinem Wissen und seiner Erfahrung zu unserer Gruppe bei.

An dieser Stelle möchten wir uns beim

Bayerischen Roten Kreuz

und dem Leiter der Rettungswache Wörth a. d. Donau, Hr. Garonfolo, für die kostenlose Bereitstellung der Räumlichkeiten bedanken.

Ein herzliches Vergelt's Gott!!

