

## Wer sind wir?

**Wir,** das sind Angehörige und  
Freund\*innen psychisch erkrankter  
Menschen aus dem Raum Stormarn!

## Organisatorisches

Wir treffen uns jeden 1. und 3. Mittwoch  
im Monat um 20:00 Uhr im Uns Huus,  
Manhagener Allee 17, 22 926 Ahrensburg

Ansprechpartnerinnen für weitere  
Informationen stehen Ihnen/Euch unter  
folgenden Rufnummern zur Verfügung:

Kontakt: +49 (4102) 99 55 94

Email: [info@kibis-stormarn.de](mailto:info@kibis-stormarn.de)

Internet:  
[www.lvsh-afpk.de](http://www.lvsh-afpk.de)

# SELBSTHILFE GRUPPE DER ANGEHÖRIGEN PSYCHISCH ERKRANKTER Ahrensburg



LANDESVERBAND  
SCHLESWIG-HOLSTEIN DER ANGEHÖRIGEN UND  
FREUNDE PSYCHISCH KRANKER E. V.  
[www.lvsh-afpk.de](http://www.lvsh-afpk.de)

## Wer trifft sich in unserer Gruppe?

Alle Angehörigen, die als

- Mutter oder Vater
- Ehefrau oder Ehemann
- Schwester oder Bruder
- Freundin oder Freund
- Partnerin oder Partner
- Tochter oder Sohn

mit den Sorgen durch die psychischen Erkrankungen belastet sind.

## Was wollen wir in der Gruppe bewirken?

- Gemeinsamer Erfahrungsaustausch
- Teilen unserer manchmal doch sehr belastenden Gefühle
- Unterstützung finden
- uns einfach mal aussprechen und gegenseitig zuhören
- Expert\*innen in eigener Sache werden: Wir helfen uns selbst, so schwierig das auch sein mag
- Möglichkeit der Einflussnahme auf das Geschehen um unsere psychisch Erkrankten hinterfragen
- Mobilisieren von Verständnis und Unterstützung in der Öffentlichkeit
- Gemeinsam nach Lösungsmöglichkeiten suchen.

## Welche Themen und Probleme können angesprochen werden?

Grundsätzlich werden wir miteinander alle Themen und Fragen erörtern, die von uns Angehörigen jeweils eingebracht werden.

U. a. können das z. B. sein:

- Austausch über Handlungsmöglichkeiten bei akut auftretenden Dekompensationen
- Informationen über Erfahrungen mit psychischen Krankheiten
- Gespräche über das Einsetzung gesetzlicher Betreuer\*innen oder der Erstellung einer Vorsorgevollmacht

***Kommt einfach vorbei!***