

Gemeinsam statt einsam

Wir sind eine Gruppe von Menschen, die Erfahrungen mit schweren psychischen Krisen gemacht haben. Wir haben alle eine psychiatrische Diagnose.

Wir treffen uns seit 2012, um bei anderen Menschen, die ähnliche Situationen wie wir selbst erlebt haben Verständnis und Unterstützung zu finden und zu geben.

Immer noch ist es nicht selbstverständlich im sozialen Umfeld über eigene psychische Belastungen zu sprechen. Dafür bieten wir Raum.

Unsere Erfahrungen sind ein wertvoller Schatz, den wir miteinander teilen. Niemand kann so genau nachempfinden, wie der selbst Erfahrene.

Bei allem Leiden, das wir erfahren haben und teilweise noch aushalten müssen, kommen Alltagsthemen bei uns nicht zu kurz. Wir bewegen uns im ganzen Spektrum zwischen Oberfläche und Tiefe.

Wir...

- Wir akzeptieren das Anderssein unseres Gegenübers.
- Wir unterstützen uns gegenseitig bei unseren Alltagsorgen und begleiten uns auf unseren Genesungswegen.
- Wir teilen Freud und Leid.
- Wir werden Experten in eigener Sache.
- Wir treffen uns gelegentlich auch außerhalb der Gruppentermine.
- Wir überlegen auch, wie die Psychiatrie besser werden könnte.
- Wir freuen uns über neue Mitglieder unserer Selbsthilfegruppe.
- Wir suchen Hilfe, sind aber auch bereit Hilfe zu geben, wenn wir in der Lage dazu sind.
- Wir sind füreinander da, aber jeder von uns hat seine eigenen Grenzen, was er geben kann und will.
- Wir haben nicht die Absicht uns gegenseitig zu therapieren.

Kontakt

Wir treffen uns jeden **2. und 4. Freitag** im Monat von **17:00-18:30 Uhr** im **Markt 15** im Haus der Diakonie (altes Gasthaus zum Engel) in der **Karl-Friedrich-Straße 20 in Emmendingen**.

Ansprechpartner:

Rainer Höflacher

Tel.: 07641 96 21 511

hoeflacher61@gmail.com

Bitte vor dem Besuch der Gruppe telefonisch Kontakt aufnehmen!

Siehe auch:

selbsthilfegruppe-emmendingen.de

Wir sind Mitglied im Freiburger Verein Selbsthilfe mit Köpfchen e.V. (smkev.de) und dem Landesverband Psychiatrie-Erfahrener Baden-Württemberg e.V. (lvpebw.de).

Wir bedanken uns beim Diakonischen Werk Emmendingen für die Unterstützung unserer Selbsthilfegruppe.

Unser neues Konzept

Achtung!

Das Konzept unserer Selbsthilfegruppe hat sich geändert:

- Teilnahme ist erst nach einem Telefonat mit dem/der Gruppenleiter:in möglich.
- Die Gruppengröße ist auf max. 10 Personen begrenzt.
- Derzeit wird eine Warteliste geführt. Gerne nehmen wir Sie auf.
- Wenn ca. 10 Menschen auf der Warteliste stehen, wird versucht, wenn möglich, eine weitere Gruppe zu gründen.
- Da eine kontinuierliche Teilnahme gewünscht ist, sollte sich das neue Gruppenmitglied nach 3 Besuchen, entscheiden, ob es regelmäßig teilnehmen möchte bzw. kann.

Gegenseitige Wertschätzung, Annahme der anderen Person und Wohlwollen füreinander sind für uns zentrale Werte im persönlichen Umgang.



Miteinander stark!

**Wir freuen uns darauf,
Sie kennenzulernen!**



Selbsthilfegruppe Psychiatrieerfahrener Emmendingen

Treff:

Jeden 2. und 4. Freitag, 17:00-18:30 Uhr

Treffpunkt:

Markt 15

Karl-Friedrich-Straße 20
79312 Emmendingen

Tel.: 0 76 41 93 35 138

markt15@diakonie-emmendingen.de