



Selbsthilfekompass

für psychische Gesundheit



Diagnose, was nun?

Diese Frage führt bei Betroffenen und ihren Angehörigen oft zu einem Ohnmachtsgefühl. Ein offener Umgang mit der veränderten Lebenssituation kann helfen die neuen Herausforderungen gut zu meistern.



Unterstützung finden

Eine Diagnose stellt sowohl Betroffene wie auch Angehörige vor vielen Herausforderungen. Unterstützung ist in dieser Situation von großer Bedeutung.

Fragt man psychisch kranke Menschen, Angehörige, Freunde oder Bekannte von psychisch erkrankten Menschen, was ihnen in ihrer Situation am meisten fehlt, so lautet die Antwort häufig „Information und Verständnis“. Eine psychische Erkrankung verändert das Leben der Betroffenen und das ihrer Angehörigen grundlegend. Aus dieser Erkenntnis heraus haben wir unseren Selbsthilfe-Kompass entwickelt.

Wir sind Psychiatrie-Erfarene und Angehörige, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, mit diesem Selbsthilfekompass über psychische Erkrankungen und Hilfsmöglichkeiten zu informieren, Verständnis und eine unterstützende Gemeinschaft zu fördern.

de-anima.de



Angehörige und Freunde psychisch Kranker Erfurt und Umgebung e.V. (AFpK Erfurt)



Karl.Marx-Platz 2
2.OG
99084 Erfurt

Tel.: +49 (361) 2300 7088
Mail: info@afpk-erfurt.de
Web: www.afpk-erfurt.de

Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (TLPE)



Ammertalweg 7
99086 Erfurt

Tel.: +49 (361) 265 8433
Mail: buero@tlpe.de
Web: www.tlpe.de

KontakEeren Sie uns unter:

shk@de-anima.de



Ein Gemeinschaftsprojekt von:



Mit freundlicher Unterstützung durch:

