

Angebote im Landesverband Berlin der Angehörigen psychisch Kranker:

- Austausch in **Gesprächsgruppen**
- Beratung für Angehörige und psychisch betroffene Menschen zur **Eingliederungshilfe und zum persönlichen Budget**
- **Beschwerdestelle** (Hilfe und Unterstützung bei Problemen mit Ämtern, mit der Behandlung und Versorgung)
- **Begleitdienst** (zu Behörden, Kliniken und anderen Institutionen)
- **Aquarellkurs** für Betroffene und Angehörige

Projekte im Rahmen der Familienselbsthilfe und in Kooperation mit der Pinel Gesellschaft e.V.

Starthilfe Arbeit (Betroffene und Angehörige suchen Arbeitsplätze auf dem beschützten Arbeitsmarkt)

www.starthilfe-arbeit.de
E-Mail: info@starthilfe-arbeit.de

Computer-Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene. Zusätzliche Übungstermine unter fachlicher Anleitung möglich

www.starthilfe-pc.de
E-Mail: info@starthilfe-pc.de

Hier finden Sie uns:

Angehörige psychisch Kranker Landesverband Berlin e.V.
Mannheimer Str. 32
10713 Berlin-Wilmersdorf
Tel. 030 - 84 31 57 14 / 86 39 57 03
Fax 030 - 86 39 57 02
Internet: www.apk-berlin.de
e-mail: info@apk-berlin.de

Bürozeiten:
montags–donnerstags von 10.00–18.00 Uhr
freitags von 10.00–14.00 Uhr



Verkehrsverbindungen zur Mannheimer Str. 32 in Berlin-Wilmersdorf
U 1, U 7, U – Bahnhof Fehrbelliner Platz
Ausgang Barstraße
Bus 101, 104, 115

Wir freuen uns auf Ihren Besuch oder Ihren Anruf.

Ist eine Angehörige oder ein Angehöriger Ihrer Familie seelisch erkrankt



Der Landesverband Berlin der Angehörigen psychisch Kranker e.V. hilft Ihnen weiter!

Familienselbsthilfe Psychiatrie

Ist in Ihrer Familie eine Angehörige oder ein Angehöriger psychisch erkrankt?

Fassungslos stellen Sie fest, dass Sie die Welt nicht mehr verstehen?

Ist in Ihrem täglichen Leben Sorge und Verzweiflung eingekehrt?

Gefühlen von Hilflosigkeit und Angst, Ohnmacht aber auch Wut sehen Sie sich wehrlos ausgesetzt?

Ihre Familie lebt zunehmend isoliert und Sie fühlen sich einsam?

Das Verhalten Ihres erkrankten Familienmitglieds gibt Ihnen Rätsel auf?

Jetzt brauchen Sie Hilfe!

Sie benötigen Menschen mit gleichen Erfahrungen, denn es entlastet, Gefühle und Kränkungen auszusprechen und es hilft, die Situation besser zu verstehen.

Sie benötigen Menschen, die Ihnen zuhören und die Sie ermutigen, Ihren eigenen Weg zu gehen und auch an Ihr eigenes Wohlergehen zu denken.

Wir Angehörigen informieren uns

bei Experten, in unseren Gesprächsgruppen und auf Informationsveranstaltungen über

- die psychische Erkrankung
- Medikamente und deren Nebenwirkungen
- günstige Therapien
- erste Warnzeichen einer Krise
- über Einfluss- und Bewältigungsstrategien
- den Umgang mit persönlichen Belastungen
- Reduktion von Stresssituationen
- Rückfallprophylaxe
- professionelle Hilfsmöglichkeiten in der Stadt

Angehörige psychisch Kranker haben sich zur Familienselbsthilfe organisiert

In Anbetracht der besonderen Zunahme psychischer Erkrankungen in Berlin, müssen wir feststellen, dass für Angehörige psychisch kranker Menschen ein erheblicher Beratungs- und Informationsbedarf besteht.

Wir, die Angehörigen psychisch Kranker im Landesverband Berlin e.V., planen daher unser Angebot an Gesprächsgruppen berlinweit auszudehnen.

Die Familienselbsthilfe versteht sich als Teil der psychiatrischen Versorgung Berlins und strebt eine Verbesserung der Zusammenarbeit aller an der Versorgung Beteiligten an.

Zielgruppen unserer Planungen sind:

- Psychisch kranke Menschen
- Angehörige psychisch kranker Menschen, besonders Eltern und allein stehende Mütter und Väter von psychisch und an Sucht erkrankten Kindern und Jugendlichen
- Angehörige mit Migrationshintergrund

Die Familienselbsthilfe psychisch kranker Menschen in Berlin erhält aus Mitteln der ARD-Fernsehlotterie „Ein Platz an der Sonne“ eine Förderung für drei Jahre. Allen Mitspielern der ARD-Fernsehlotterie unseren herzlichen Dank.

Ein Platz an der Sonne

