

Informationen

sprechen Sie uns an

Willy Hiebert
Telefon 06356-962963

Christian Damian
Telefon 0621-677868

Michael Seitter
Telefon 0621-78975117

Karin Lambrecht
Telefon 0621-553751

wir danken

für die Unterstützung

BASF | Glücksspirale | Sparkasse Vorderpfalz
Ludwigshafen | Lions Club Mannheim
Quadrate

Fortisnova BKK Ludwigshafen | AOK
Rheinland-Pfalz | BKK Pfalz Ludwigshafen |
Daimler Chrysler Bremen | IKK Südwest-
Plus Mainz | BEK Ludwigshafen | GEK
Mannheim | Gothaer BKK Kassel | KKH
Neustadt | LKK Rheinland-Pfalz | TK
Mainz | BKK Rhein-Neckar Mannheim |
G+H BKK Ludwigshafen | HEK Mann-
heim | Siemens BKK Mannheim

und dem Gesundheitstreffpunkt Mann-
heim

freizeitclub 75

wir treffen uns

offener Selbsthilfetreff
jeden Freitag 18-21 Uhr
in der Hartmannstraße 47

offener Sonntagstreff
jeden 2.-5. Sonntag 15-17 Uhr
in der Hartmannstraße 47

offener Sonntagstreff
jeden 1. Sonntag 14-15 Uhr
im Wohnheim St. Johannes
Kaiser-Wilhelm-Straße 41

ein Angebot

APSK

der Arbeitsgemeinschaft für psychisch
Kranke Ludwigshafen e.V.
Sparkasse Vorderpfalz
IBAN DE40 5455 0010 0000 401836

Mitglied im Deutschen Paritätischen
Wohlfahrtsverband

freizeit
club 75

EINSAM?
UNRUHE?
ANGST?



BEGEGNUNG
& KONTAKT

im freizeitclub 75

Einsam **Kontakte**

Dieses Gefühl totaler Verlassenheit, dass es keinen Menschen gibt, dem man sich anvertrauen kann.

Unruhe **Gelassenheit**

füllt jeden Tag aus, bedrängt die Gedanken, bestimmt jede Handlung, verhindert Kontakte, zerstört Beziehungen, drückt auf die Stimmung.

Angst **Lebensmut**

Ich fühle mich oft überfordert.
Ich bin ausgeliefert.
Ich bin hilflos.
Ich fühle mich in engen Räumen nicht wohl.
Ich fühle mich unter vielen Menschen bedrängt.
Ich weiß, daß ich eigentlich keine Angst haben muss.

Depression **Lebensfreude**

Äußerlich kaum erkennbar.
Die Ermahnung: „Reiß Dich zusammen“, hilft nicht.
Der Körper ist wie gelähmt.
Jede Handlung ist erschwert, oft unmöglich.
Kaum erholsamer Schlaf.

wir wollen **Wege aus**

der Isolation zeigen. Kontakte und Gespräche helfen, aus der seelischen Krise herauszufinden.

Angebote wie gemeinsames Kochen und Ausflüge bringen Lebensfreude. Schritt für Schritt wollen wir den Alltag wieder aufbauen.

wir sind **eine Gruppe**

von Betroffenen mit psychischen Erkrankungen, Angehörigen und freundschaftlich Verbundenen.

Wir tauschen unsere Erfahrungen aus und stärken uns gegenseitig.

Als Selbsthilfegruppe arbeiten wir mit Fachleuten in der gesundheitlichen und sozialen Versorgung zusammen.

wir bieten an **freizeitclub 75**

ein offenes Angebot, miteinander in Kontakt zu kommen

Kontakte **Gespräche**

Gruppen- und Einzelgespräche im freizeitclub 75 und Kontakte zu Menschen in psychiatrischen Kliniken und Wohngemeinschaften

Aktivitäten **Ausflüge**

im freizeitclub 75 wie Spiele, Kochen, Musik hören, Museumsbesuche, Freizeiten

Öffentlichkeit **wir informieren**

Wir regen Gesprächs- und Aufklärungsveranstaltungen an, in denen wir auf die Situation psychisch kranker Menschen aufmerksam machen. Mit Infoständen, Gesprächen mit Politikerinnen und Politikern, Betroffenen und Angehörigen suchen wir neue Wege für die Betroffenen.