

# Dabei sein ist auch nicht leicht

## Unterstützung für die Situation von Angehörigen

---

Angehörige und nahe Unterstützer\*innen von Menschen mit psychischen Gesundheitsproblemen sind oft bis an ihre Grenzen gefordert. Viele Fragen tun sich auf, wenn das Familiensystem mit einer psychischen Erkrankung konfrontiert ist: Wieviel Unterstützung können sie leisten, wie sehr wollen sie sich abgrenzen? Wie kann das Familiensystem mit der neuen Situation umgehen?

Menschen, die in Krisen sind, zeigen sich von ganz anderen Seiten, werden manchmal richtig fremd.

Die psychiatrische Landschaft ist für Neueinsteiger\*innen ein Kosmos ohne Bedienungsanleitung. Angehörige werden oft nicht beteiligt. Wir ermöglichen Vernetzung und Erfahrungsaustausch, geben hilfreiche Informationen, damit sich die Situation von Angehörigen verbessern kann.



4 Termine: 27.5.2024, 10.6.2024,  
17.6.2024, 24.6.2024  
16:00 – 18:30 Uhr

---

Trainer\*innen: Jörn Petersen, Britta

---

Ort: Empowerment College Bremen  
Travemünder Straße 3 · 28219 Bremen

# Anmeldung

---

## Wie kann ich mich anmelden?

Wenn Sie an einem oder mehreren Kursen teilnehmen möchten, nutzen Sie zur Anmeldung folgende Möglichkeiten:

- Per Telefon unter der Nummer (0421) 380 19 50
- Persönlich bei uns in der Travemünder Straße 3, 28219 Bremen
- Jeweils Montag bis Donnerstag in der Zeit zwischen 9:30 und 13:30 Uhr
- Oder per Mail an [ec-anmeldung@izsr.de](mailto:ec-anmeldung@izsr.de)

## Was gibt es zu beachten?

Wichtig! Nennen Sie uns für Ihre verbindliche Anmeldung bitte immer:

- Ihren vollständigen Namen
- den Kurs/die Kurse, für die Sie sich anmelden möchten
- einen Kontakt (E-Mailadresse und/oder Telefonnummer) unter dem wir Sie tagsüber gut erreichen können.

## Wie geht es weiter?

Wir bestätigen Ihre Anmeldung telefonisch oder per Mail und möchten gerne ein paar kurze Angaben zu Ihren Lernzielen und individuellen Bedürfnissen von Ihnen erfahren. Dafür schicken wir Ihnen entweder einen kurzen Fragebogen zu oder besprechen das telefonisch mit Ihnen. Warum? Weil es uns wichtig ist, auf individuelle Bedürfnisse und inhaltliche Zielsetzungen von Teilnehmenden Rücksicht zu nehmen und unsere Kurse danach auszurichten. Ihre Angaben entscheiden

---

nicht darüber, ob Sie am Kurs teilnehmen dürfen. Die Bestätigung zur Anmeldung haben Sie dann bereits.

### Ich möchte gerne mehr wissen, bevor ich mich anmelde

Falls Sie den Wunsch haben, sich vor Ihrer Anmeldung noch genauer über das Empowerment College zu informieren, Sie unsicher sind, ob unser Angebot zu Ihnen passt oder beispielsweise Bedenken bei Ihnen aufkommen, ob wir auf besondere Bedürfnisse Ihrerseits eingehen können, dann melden Sie sich gerne bei uns. In einem persönlichen Gespräch können wir Sie ausführlich beraten, offene Fragen klären und gemeinsam Lösungen für mögliche Hindernisse suchen. Besuchen Sie hierzu den Kurs „Das Empowerment College stellt sich vor“.

Wir bemühen uns darum, die Kurse so zugänglich wie möglich zu gestalten. Unsere Räumlichkeiten sind ebenerdig und berollbar. Bei jeglichen Fragen, konkretem Hilfebedarf und Anregungen dazu, wie dies am besten gelingen kann, kontaktieren Sie uns gerne.

