



Beratung und Begleitung von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen

Ist ein Mensch psychisch erkrankt, betrifft das
meist auch seine Angehörigen – Familie, Freunde,
Partner, Arbeitskollegen, Nachbarn.

Viele Angehörige wünschen sich Informationen,
einen Austausch und vor allem Unterstützung.

*„Ganz gleich, wie
beschwerlich das
Gestern war, stets
kannst Du heute von
Neuem beginnen.“*

Buddha

Op de Wisch e.V.
Bezirk Mitte
Grootsruhe 2
20537 Hamburg
(gegenüber der U-Bahn Burgstraße)

Telefon 040_88 30 67 67_0
Mobil 01575_366 48 01
www.op-de-wisch.de

Andere Orte nach Absprache möglich.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, damit
wir gemeinsam herausfinden, wie wir
Sie am besten unterstützen können.

Wir freuen uns auf Sie!



Op de Wisch

Angehörigen-
begleitung –
gemeinsam
statt einsam



Bei der Angehörigenbegleitung bei Op de Wisch stehen ausschließlich Sie als Angehöriger im Mittelpunkt. Sie erhalten:

- **Beistand und Unterstützung in Krisen**
- **Informationen über weitere Hilfesysteme**
- **einen Austausch über Lösungsmöglichkeiten**
- **eine Stärkung Ihres Selbstbewusstseins gegenüber Profis**
- **Trost und Hilfe**

Sie finden ein Gegenüber, das Ihnen zuhört und eine offene Gesprächsatmosphäre schafft – jemanden, der Sie stärkt und Ihnen hilft, Ihre Kräfte zu bündeln und zu bewahren.



Unsere Angehörigenbegleiterin Frau Gabriele Seiler-Lübbecke ist „ausgebildete Expertin aus Erfahrung“. Sie verfügt über persönliche Erfahrung in diesem Bereich und zusätzlich über eine fachliche Ausbildung zur Angehörigenbegleiterin.

„Tue ich zu viel – oder zu wenig? Tue ich das Richtige oder ist es genau das Falsche? Ich möchte mit jemandem darüber reden!“

„Ich kann das Problem nicht lösen, auch wenn ich es gern lösen würde. Ich kann es nur passiv begleiten. Dafür brauche ich viel Kraft und die möchte ich mir erhalten!“

Sie kann Anregungen bieten für eine gelassene Haltung gegenüber dem Betroffenen und dabei helfen, belastende Gefühle zu erkennen und Wege für eine Veränderung zu finden. Auch ganz praktische Fragen können thematisiert werden, etwa wie man Gespräche mit psychiatrischem Fachpersonal führen könnte.

„Hilfe, Austausch und Verständnis zu bekommen – das ist genau das, was uns Angehörigen das Leben leichter macht!“

Unser Angebot ist kostenfrei und richtet sich an alle interessierten Menschen – unabhängig, ob und bei welchem Träger der erkrankte Angehörige in Behandlung ist.

Sie sind bei uns herzlich willkommen und brauchen keine Anträge zu stellen – rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Gesprächstermin.

