



## Es kann jeden treffen

Angustzustände, Antriebslosigkeit, Verlust sozialer Kontakte, Depressionen. Menschen mit psychischen Erkrankungen benötigen aber nicht nur ärztliche Hilfe, sondern Unterstützung in der Alltagsbewältigung und ein verlässliches soziales Umfeld. Oftmals, gerade im Anfangsstadium solcher Erkrankungen, sind Gruppenangebote sehr hilfreich, die dem Menschen wieder eine Tagesstruktur geben. „Hilfe zur Selbsthilfe“ heißt hier die Maxime, die die Ressourcen von psychisch erkrankten Menschen mobilisiert, damit diese ihren Alltag ohne fremde Hilfe und aus eigenem Antrieb bewältigen können.

Im **PsychoSozialen Zentrum** in Rhede an der Bahnhofstraße wird allen Menschen eine solche Hilfe angeboten. Angehörige und Interessierte finden hier Beratungs- und Begegnungsangebote ohne bürokratische Hürden. Ohne besondere Anmeldung und natürlich auf Wunsch in anonymer Form können persönliche oder Gruppengespräche geführt werden. Wenn gewünscht oder erforderlich, kann der Kontakt zu weiterführenden therapeutischen Angeboten hergestellt werden.

Hier beginnt der Tag ab 9.00 Uhr mit einem sehr kostengünstigen Frühstück für alle, bzw. freitags ab 12.00 Uhr mit gemeinsamem Kochen und Mittagessen, und sonntags ab 10.00 Uhr mit dem Sonntagsfrühstück. Anschließend werden je nach Tag verschiedene und vielfältige Gruppenaktivitäten angeboten, die von Gesprächsgruppen, kreativem Gestalten, über Kochgruppen und Außenaktivitäten bis hin zur Computernutzung reichen.

Und immer steht die Zwanglosigkeit und Unverbindlichkeit dieser Treffen im Vordergrund. Die Regionalleiterin Anne Thesing betont in diesem Zusammenhang: „Unsere Klienten und Besucher wollen lernen, mit ihrer Krankheit und ihrem Problem umzugehen, ohne dabei einen stationären Klinikaufenthalt zu favorisieren. Sie wollen wieder am normalen Leben teilnehmen und ihren Alltag positiv gestalten.“

Das **PsychoSoziale Zentrum** befindet sich in der Bahnhofstraße 38. Nähere Informationen erhält man vor Ort oder bei Anne Thesing unter Tel. 02872/9319353.