



# Die NEUE bipolare Selbsthilfegruppe >> DIE LERCHEN << in Friedrichshain

startet

ab Dienstag, den 18. September 2018, 19 bis 20:30 Uhr

immer wöchentlich in der

Boxhagener Straße 89

Worum es geht:

Wir wollen uns regelmäßig gemeinsam treffen, um uns in diesem besonderen Rahmen ausschließlich Betroffener miteinander empathisch auszutauschen und gegenseitig zu kräftigen, sowohl unseren Alltag bestmöglich zu organisieren als auch unseren Mut Wichtiges im Auge zu behalten zu stärken.

Wir verstehen uns als Experten in eigener Sache, so dass während der Treffen keine Psychologen oder Ärzte anwesend sind. In einer vertrauensvollen Atmosphäre sprechen wir über aktuelle Probleme und mit der Bipolarität im Zusammenhang stehenden Themen. Gesprochenes bleibt unter uns.

Einige der Fragen, die oft Thema sind:

- Wie geht es mir heute?
- Was kann ich tun, damit es mir wieder besser geht?
- Welche Erfahrungen gibt es mit Medikamenten oder Therapien?
- Wie lerne ich mit der Krankheit (besser) zu leben?
- Was wird aus meinen Kindern? Meiner Partnerschaft?
- Was ist mit evtl. drohender Arbeitslosigkeit, Rente, sozialem Abstieg, Partnerverlust?

Wenn du interessiert bist, komm bitte einfach vorbei in der Boxhagener Straße 89, 10245 Berlin (Selbsthilfe Treffpunkt Friedrichshain-Kreuzberg - Klingel am Hauseingang rechts neben dem Ladenlokal). Wenn du Fragen hast, kannst du dich vorher gerne unter 030 / 22185478 telefonisch oder per Mail an [lerchen@bipolaris-mail.de](mailto:lerchen@bipolaris-mail.de) melden.

Eine weitere großartige Möglichkeit, sich vorab zu informieren besteht beim

## **Infotreffen für die Lerchen**

am Mittwoch, den 12.09.2018, 18 bis 20 Uhr gleicher Ort (Zugang über Ladenlokal)

Es stellt sich Jürgen, der Initiator der Gruppe, sowie der Selbsthilfe Treffpunkt selbst (SEKIS) vor und auch von politischer und professioneller Seite gibt es Inputs. Für eine lebhaft Diskussions im Anschluss ist genügend Raum.

