

Gründungsmitglieder für neue Selbsthilfegruppe gesucht:

„Unsere alten, traurigen Eltern“

Kennst Du das auch: Dein*e Angehörige*r ruft an und am liebsten würdest Du nicht ans Telefon gehen? Nicht, weil Du sie*ihn nicht magst, oder es einen aktuellen Konflikt gibt. Sondern weil es SCHWER ist, die Niedergeschlagenheit, die leise Stimme, den fehlenden Lebensmut auszuhalten.



© Highwaystarz-Photography

Wenn ältere Menschen an einer Depression erkranken, betrifft dies in besonderem Maße die Angehörigen, die erwachsenen Kinder der Erkrankten. Je nach Schwere der Depression - und möglicherweise anderer körperlicher und auch seelischer Erkrankungen - kann es sein, dass man als erwachsenes Kind in die Situation gerät, für die eigenen Eltern in ganz verschiedene Rollen zu geraten: Kümmerer*in, Versorger*in, Elternteil, alleinige Ansprechperson und vieles mehr.

Und dass neben den Anforderungen, die der Alltag sowieso für jede*n von uns bereithält: die eigene Familie, der eigene Beruf, die eigene Gesundheit usw.

Da kann es guttun, sich mit anderen, die in einer ähnlichen Situation sind, auszutauschen, offen zu sprechen über die eigenen Sorgen, Nöte aber auch Bedürfnisse und Wege, mit dieser Situation umzugehen.

Melde Dich, wenn auch Du Interesse hast, in einer Selbsthilfegruppe Kraft zu tanken, festzustellen, dass Du mit diesem Thema nicht alleine bist und Dir gegenseitige Ermutigung und Unterstützung wünschst.

Kontakt:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt

0 69.55 94 44

service@selbsthilfe-frankfurt.net

 **Selbsthilfe e.V.**