



## Einladung zum **Trialog** in Schopfheim

### Was bedeutet der Austausch im Trialog?

Die Teilnehmenden am **Trialog** sind ExpertInnen.

Jede und jeder dort, wo „psychische Erkrankung“ das eigene Leben beeinflusst und den Alltag verändert.

Wir bieten eine Plattform des gleichberechtigten Austauschs für alle Menschen,

- ❖ die als **Betroffene** eine psychische Erkrankung durchleben oder durchlebt haben
- ❖ die als **Angehörige** eine Erkrankung aus nächster Nähe miterleben oder miterlebt haben
- ❖ die als professionelle **Fachkräfte** oder engagierte **Ehrenamtliche** begleitend und unterstützend tätig sind.

### Ort:

Evangelisches Gemeindehaus Fahrnau • Gerberstr. 4a • 79650 Schopfheim

### Moderation:

Hannah Jördens (B.A. Sozialpädagogin), Jörg Schmidt (Ehrenamtlicher), Andrea Singer (Dipl. Sozialarbeiterin)

### Kontakt und weitere Informationen:

**Offener Treff** – Tagesstätte für psychisch erkrankte und belastete Menschen  
Diakonisches Werk Schopfheim • Hauptstr. 94 • 79650 Schopfheim •  
Tel. 07622 / 69759632 (Andrea Singer)

## Die Termine und Themen im 1. Halbjahr 2017:

### Donnerstag, 9. März 2017, 16.00 Uhr

#### Hilfe! - Wie viel davon ist genug? Wie viel ist zu viel?

*Psychisch krank und was nun? Entweder wenden sich alle ab oder alle wollen die einzig richtige Hilfe sein. – Doch wieviel Hilfe ist genug? Wo übernimmt sie statt zu unterstützen, wo überfordert sie? Kann professionelle Hilfe eine Familie ersetzen? Und wann dürfen sich Angehörige abgrenzen?*

### Donnerstag, 27. April 2017, 18.00 Uhr

#### Wir Sonnenblumenmaler – von Krankheit und Kreativität

*Zwischen psychischer Erkrankung und künstlerischer Begabung wird häufig eine Verbindung gesehen. Malen, Gestalten, Musizieren oder Schreiben kann belastete Menschen entspannen und ist therapeutisch nützlich. – Welche Rolle spielt kreativer Ausdruck im Leben von Betroffenen und Angehörigen und kann er als Unterstützung in Krisen genutzt werden?*

### Donnerstag, 1. Juni 2017, 16.00 Uhr

#### Frühwarnzeichen bei psychischen Krisen – sie erkennen und damit umgehen

*"Frühwarnzeichen" wie Schlaflosigkeit oder Konzentrationsprobleme können eine psychische Krise ankündigen. Oft nehmen auch Angehörige und Professionelle zuerst solche Veränderungen wahr. Ein achtsamer Umgang damit kann davor schützen, dass die Krise sich zuspitzt, allerdings ebenso verunsichern und lähmen. – Wie gehen Menschen, in deren Leben psychische Belastung vorkommt, mit diesen widersprüchlichen Empfindungen um?*