



## Rhein-Pfalz-Kreis

*Da spricht die Vorderpfalz*

Die Selbsthilfegruppe „Die Überflieger“ ist ein Angebot des Sozialpsychiatrischen Dienstes der Kreisverwaltung Rhein-Pfalz-Kreis.

Die Räumlichkeiten werden uns freundlicher Weise durch die Interessensgemeinschaft Behinderter und ihrer Freunde e.V. zur Verfügung gestellt.

Allgemeine Informationen rund um das Thema psychische Erkrankung und Hilfen finden Sie auf unserer Homepage.

[www.Hilfenfuerpsychischkranke.de](http://www.Hilfenfuerpsychischkranke.de)

Außerhalb der Dienstzeiten des Sozialpsychiatrischen Dienstes haben Sie die Möglichkeit sich an das Krisentelefon zu wenden.

### **Krisentelefon 0800 - 220 330 0**

Montag bis Freitag von 17:00 bis 23:00 Uhr.

Samstag, Sonntag und an Feiertagen von 8:00 bis 23:00 Uhr.

Das Krisentelefon ist ein kostenloses wohnortnahes Angebot für Menschen in Lebenskrisen und Menschen mit psychischen Erkrankungen, die telefonischen Rat oder Hilfe benötigen, wenn andere nicht erreichbar sind. Im Rhein-Pfalz-Kreis, Speyer, Ludwigshafen und Frankenthal bietet es erfahrene Ansprechpartner für Betroffene und Angehörige.

## Selbsthilfegruppe „Die Überflieger“

Für Menschen mit  
psychischen Erkrankungen



## Sie sind nicht allein!

Die Selbsthilfegruppe „**Die Überflieger**“ ist eine Gruppe für erwachsene psychisch kranke/psychiaterfahrene Frauen und Männer, die sich in einer persönlich schwierigen Situation befinden und gemeinsam mit anderen Betroffenen ihre **Erfahrungen austauschen** und aktiv Wege der Veränderung suchen möchten.

Gerne begrüßen wir auch Sie in unserer Mitte. Über einen Besuch freuen wir uns sehr und vielleicht machen Sie dann sogar eine Gewohnheit daraus!

Unsere Selbsthilfegruppe bietet an:

- Zusammentreffen und Aussprache in offener Atmosphäre
- Vom Wissen anderer lernen, um mit den eigenen Problemen besser fertig zu werden
- In einem geschützten Rahmen über Sorgen sprechen
- Fachliche Informationen und Austausch

**Verschwiegenheit nach Außen und Diskretion sind selbstverständlich!**

**Die Anleitung der Selbsthilfegruppe erfolgt durch Mitarbeiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes**

**Treffen:**

1. und 3. Mittwoch im Monat von  
16.00 Uhr bis 17:30 Uhr

**Ort:** Gruppenraum des IBF,  
Kutschergasse 6 in Speyer

**ACHTUNG:** Zugang über den Hofzugang „Große Sämergasse“

**Kosten:** keine

**Parken:** Kaufhof Parkhaus in der Heydenreichstraße

**Kontakt:**

Hr. Tamke 0621/5909-2800  
Fr. Keßler-Stramm 0621/5909-2090  
Fr. Schmidgall 0621/5909-2111

