



Angehörige helfen  
Angehörigen  
psychisch erkrankter  
Menschen

## AhA-Gruppenberatungen: Information für TeilnehmerInnen

Die vom Verein AhA angebotenen Angehörigengruppen bieten Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen

- Information über die Erkrankungen und die Angebote des Gesundheits- und Sozialsystems
- Erfahrungsaustausch mit anderen Angehörigen
- Reflexion des eigenen Umgangs mit den erkrankten Angehörigen
- Erarbeiten von Strategien zur Verbesserung des Umgangs mit den Erkrankten Familienmitgliedern

Die Gruppen werden von Fachfrauen (Psychologinnen oder Psychotherapeutinnen) bzw. von einer Angehörigen moderiert. Die Treffen finden 1x/ Monat statt und dauern jeweils 1,5 Stunden. Die Termine werden von der Gruppe gemeinsam vereinbart. Die Teilnahme an der Gruppe ist für ca. 15 Gruppentreffen vorgesehen.

Falls Sie sich für die Teilnahme an einer Gruppe entscheiden, vergegenwärtigen Sie sich bitte folgende Punkte:

- Die Gruppenangebote des Vereins AhA werden stark nachgefragt. Es gibt viele Angehörige, die auf einen Platz in einer Gruppe warten. Sollte Ihre Gruppe nicht Ihren Erwartungen entsprechen, so teilen Sie dies bitte den GruppenleiterInnen mit. Wir sind für Anregungen, Wünsche und Beschwerden offen! Falls Sie aus Ihrer Gruppe ausscheiden möchten, teilen Sie uns dies bitte ehestmöglich mit, um anderen Angehörigen eine Teilnahme zu ermöglichen.
- Sollten Sie an einem Gruppentermin verhindert sein, informieren Sie uns bitte vorher. Den nächsten Termin Ihrer Gruppe erfragen Sie bitte telefonisch oder per Mail im AhA-Büro.
- Der Verein AhA kann die Gruppen nur anbieten, weil die TherapeutInnen aus persönlichem Engagement die Leistungen für AhA zu einem stark ermäßigten Tarif erbringen und Angehörige sich für die Peergruppe ehrenamtlich zur Verfügung stellen. Einen Teil der Kosten decken wir durch Ihre freiwilligen Spenden und Ihre Vereins-Mitgliedsbeiträge ab. Daher brauchen wir Ihre Unterstützung - vielen Dank dafür!

Wir hoffen, dass die Teilnahme an unseren Gruppen Ihnen Entlastung, Zuversicht und Hoffnung bringt. Auch positive AhA!-Erlebnisse mögen dabei sein und die Erkenntnis, dass jede Krise vorüber geht und Sie mit Ihren Sorgen und Problemen nicht alleine sind.

Sollten Sie Interesse an einem ehrenamtlichen Engagement für die Anliegen der Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen haben, laden wir Sie sehr herzlich zur Mitarbeit in unserem Verein ein.

Mit freundlichen Grüßen,

Sigrid Steffen  
Vorsitzende Verein AhA!

Ulrike Rausch-Götzinger  
Assistenz der Vereinsleitung

AhA! Angehörige helfen Angehörigen  
psychisch erkrankter Menschen  
Lessingstrasse 6, A-5020 Salzburg  
Tel.: +43 662/ 88 22 52-16, Fax: 88 21 33  
E-Mail: [aha-salzburg@hpe.at](mailto:aha-salzburg@hpe.at)  
[www.aha-salzburg.at](http://www.aha-salzburg.at)



Mitglied von HPE Österreich und EUFAMI  
Spenden: Raiffeisenverband Salzburg:  
BLZ 35000 Konto Nr.: 140905