



**Meine Belastung
wird immer grösser.
Und ich habe
so viele Fragen!**

Wir helfen dir!

Anlaufstelle für Angehörige und Kinder
psychisch erkrankter Menschen



stiftung rheinleben

psychisch beeinträchtigt – selbstbestimmt leben

Ich kann bald nicht mehr.

Belastet dich die Situation zu Hause? Wirken deine Eltern oft traurig, verzweifelt, verwirrt? Übernimmst du gerade Aufgaben, die eigentlich deine Eltern erledigen müssten? Oder fühlst du dich für sie verantwortlich?

Das kann ich keinem erzählen.

Hey, eine psychische Erkrankung eines Angehörigen ist doch nichts, wofür man sich schämen muss!

???????

Klar, es ist manchmal schwierig über psychische Erkrankungen zu sprechen. Aber wir hören dir zu, ohne dass wir ein Urteil fällen. Du bist nicht allein, wir sind für dich da! Wir haben schon vielen Jugendlichen und Kindern in ähnlichen Situationen geholfen.

Aber, wie soll ich das bezahlen?!

Keine Sorge, unsere Beratung ist nicht nur vertraulich, sondern auch kostenlos*.

Wie wir dich unterstützen

Du schilderst uns im Gespräch deine Situation. Stellst deine Fragen. Wir sind ausgebildete Fachpersonen und beraten dich vertraulich. Wir versuchen dir zu helfen, die Erkrankung deiner Eltern oder Geschwister zu verstehen – und vor allem, Kraft und Mut zu finden. Ausserdem erhältst du von uns Tipps und Tricks für den Umgang mit den erkrankten Familienangehörigen. Und wir sagen dir, wo du gegebenenfalls weitere Unterstützung bekommst.

Kontaktiere uns über WhatsApp, rufe uns an oder schreib' uns eine E-Mail.



061 686 92 22



beratungsstelle@rheinleben.ch

Mehr Infos findest du hier:



*für Bewohner:innen der Kantone Basel-Stadt und Basel-Landschaft.

Das Angebot der Anlaufstelle wird ermöglicht durch



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt
Medizinische Dienste



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Basel
LANDSCHAFT
VOLKSWIRTSCHAFTS- UND GESUNDHEITSDIREKTION
AMT FÜR GESUNDHEIT

cms
Christoph Merian Stiftung