

Uns kann man fragen!

Unser Angebot ist
Kostenlos und vertraulich

Andreas Fiedler
Der Sommerberg im SPZ Kalk
Olperer Straße 110, 51103 Köln
Telefon 0178-3900783
Andreas.Fiedler@awo-der-sommerberg.de

Susanne Heim
Rat und Tat e.V.
Kempener Straße 135, 50733 Köln
Telefon (0221) 739 0734
(Dienstags 16.00-17.00 Uhr)
heim@sozialpsychiatrie.de

Manuela Keller-Oberlies
Frau- und Kind-Haus, KölnRing gGmbH
Bergisch Gladbacher Straße 12, 51069 Köln
Telefon (0221) 9684 6640
manuela.keller-oberlies@koeln-ring.de

Dr. Thomas Köhler-Saretzki
Familienberatung CSH
Knauffstraße 14, 51063 Köln
Telefon (0221) 64709-31
familienberatung@csh-koeln.de

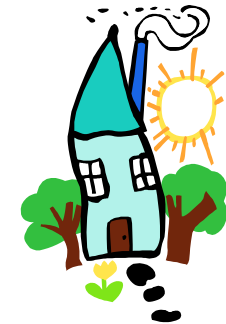
Dagmar Wiegel
Netz I Werk für psychisch belastete Familien
Riehler Straße 6, 50668 Köln
Telefon (0221) 923 3993
dwiegel@stiftung-leuchtfeuer.de

Kontaktangebot für psychisch erkrankte Eltern und ihre Kinder

- Manchmal wächst mir alles über den Kopf!
- Manchmal möchte ich alles hinschmeißen!
- Manchmal möchte ich nur noch abhauen!
- Manchmal habe ich das Gefühl, keiner versteht mich!

Hilfen

für Kinder und Eltern





Haben Sie sich als **Eltern**
auch schon gefragt:

- Hindern mich meine psychischen Probleme, eine gute Mutter / ein guter Vater zu sein?
- Wie geht es meinem Kind, wenn es mir schlecht geht?
- Wer kann sich in der Krise um mein Kind kümmern?
- Mit wem kann ich über meine Probleme sprechen?
- Was sage ich meinem Kind?

**Es gibt mehr Hilfe
als man denkt!**

Wir informieren über Angebote
für Eltern und Kinder
in Köln

Neue Wege gehen heißt:
Mut haben
und Verantwortung übernehmen

Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft (PSAG) Köln
Arbeitskreis Erwachsenenpsychiatrie

Hast Du Dich als **Kind**
auch schon gefragt:

- Warum ist meine Mama, mein Papa oft so komisch?
- Was habe ich falsch gemacht?
- Darf ich Spaß haben, wenn es Mama oder Papa schlecht geht?
- Werde ich auch mal so?
- Wen könnte ich fragen?
- Darf ich überhaupt mit anderen darüber reden?