

## Wer sind wir?

Wir sind eine offene Gruppe; eine gemischte Gruppe von Menschen mit seelischen Störungen (Depressionen, Ängste, Psychosen o.Ä., auch in Verbindung mit Alkohol - und Medikamentenmissbrauch), die gemeinsam versuchen, einen Weg aus der Krankheit zu finden.

## Wen suchen wir?

Wir suchen Gleichbetroffene zum regelmäßigen Erfahrungsaustausch in unserer Selbsthilfegruppe. Zu den ersten Gruppentreffen sind - nach Rücksprache - auch Angehörige gerne willkommen.

**Selbsthilfe ersetzt keine Therapie.  
Sie kann nur ergänzend wirken.**



## Unsere Ziele:

Wir wollen auf der Basis des Vertrauens Wege aus Ängsten, Depressionen und sozialer Isolation suchen, welche uns helfen, das seelische Gleichgewicht wiederzufinden und es zu stabilisieren. Gleichzeitig versuchen wir, das Selbstwertgefühl, das oft nicht vorhanden ist, zu stärken.

## Treffpunkt:

Wir treffen uns alle 14 Tage freitags von 18:00 bis 20:00 Uhr (inkl. einer Raucherpause) in der Tagesklinik des Marienhaus Klinikums St. Antonius in Neuwied, Willi-Brückner-Straße 8, (in der Nähe des Bahnhofs Neuwied gegenüber des Marienhaus Klinikums St. Elisabeth).

Quelle: GoogleMaps



## Selbsthilfegruppe NO NAME

### Kontaktadressen:

Resi Limbach  
Akazienweg 13  
53567 Asbach  
02683 - 9489925  
resilimbach@web.de

Jörg Franz  
Im Heidchen 8  
53604 Bad Honnef  
02224 - 987103  
nonamefranz@web.de

[www.shg-noname.de](http://www.shg-noname.de)

Krisentelefon des Landkreises  
Neuwied  
02638 - 923733



## Aufnahme in die Gruppe:

Du kannst ganz einfach Kontakt zu unseren Ansprechpartnern **Resi** und **Jörg** aufnehmen oder Dich auf unserer Homepage umsehen und das **Kontaktformular** benutzen.

## Aktivitäten:

Seit dem Jahr 2003 besuchten die regelmäßigen Teilnehmer der Gruppenstunden jährlich ein Musical oder Show sowie einen Weihnachtsmarkt, um sich wieder in die Gesellschaft zu integrieren und die Angst vor Menschen zu verlieren. Wir hatten in den letzten Jahren eine Reihe von Referenten zu den verschiedensten Krankheitsbildern unserer Gruppenmitglieder zu Gast, die uns - jeder auf seine spezielle Art und Weise - auf dem Weg aus der Krankheit begleiteten.

Dies alles ist möglich durch die Unterstützung von verschiedenen Krankenkassen und Sponsoren.

## Kurzbiografie unserer Gruppe:

Im Jahre 2000 trafen sich ehemalige Patienten des Marienhaus Klinikums St. Antonius, Waldbreitbach, mit der Idee, eine Selbsthilfegruppe zu gründen und dadurch ihren Gesundheitszustand zu verbessern und zu stabilisieren.

Beim ersten Treffen konnten die Gründungsmitglieder keinen Namen für die Gruppe finden. Daraufhin einigte man sich auf den Namen „NO NAME“ (kein Name).

Das erste Treffen fand mangels Gruppenraum in einer Neuwieder Pizzeria statt.

Dank der Unterstützung des ehemaligen Chefarztes des Marienhaus Klinikums St. Antonius, Waldbreitbach, Herrn Prof. Dr. Jörg Degenhardt, konnte der zweite Gruppenabend schon in der Tagesklinik in Neuwied stattfinden.



## Allgemeine Gruppenregeln:

Was in der Gruppe gesprochen wird, bleibt in der Gruppe.

Absolutes Vertrauen ist der Grundstein jeder Selbsthilfegruppe; Vertrauen ist also ein unbedingtes Muss.

Es spricht nur einer. Jeder lässt den Mitbetroffenen ausreden und unterbricht ihn nicht.

Die Gruppe wird von eigenen Mitgliedern moderiert.

Ab dem dritten Besuch werden neue Gruppenmitglieder in eine Telefonliste aufgenommen.

Im Krisenfall kann jedes Gruppenmitglied angerufen werden.

Im Hintergrund kann bei Extremsituationen ein Neuwieder Psychiater eingeschaltet werden.