



### **Manie/Depression**

Weil Du wertvoll bist und  
unser Leben manchmal  
ein Drahtseilakt ist!

*Worum geht es?*

**Gefühle**, die **Impulsverhalten**, die wir unerträglich  
finden und "unser Umfeld" nicht versteht!

Wir unterstützen bei Problemen auch Lösungen zu  
finden, die **nicht** zwangsläufig in Rückzug, Angst,  
Scham, Konsum, Suchtverhalten oder Aggression  
enden.

Es gibt zwar nicht immer das Rezept für „alles“!

Eine Gruppe hilft **AUCH** so manche **KRISE ZU  
VERMEIDEN** oder ein Leben zu retten....

**Du bist nicht allein**, viele Prominente haben dieses  
Problem auch, **sind deshalb aber nicht weniger  
liebenswert**.

**Trau Dich: Rede darüber lieber einmal mehr....**



## *Seiltänzer Nienburg – Wissen, was die Seele und der Körper braucht*

Wir tauschen uns aus, über alles Wissenswerte  
und setzen uns auch gegen die Stigmatisierung  
„psychisch kranker Menschen“ ein.

Manche leben schon lange mit der Erkrankung,  
manche noch nicht so lange. Wir versuchen den  
Balanceakt zwischen den Hoch- und  
Tiefgefühlen zu erhalten bzw. zu verbessern -  
und fühlen uns daher oft, wie Seiltänzer des  
Lebens.

### **Wir treffen uns in Nienburg**

#### **Lehmwandlungsweg 36**

Bushaltestelle vorm Haus, barrierefrei!

im Begegnungs-Zentrum der Sprotte

## **im „Sprottelino“**

Keine Treffen in den Ferien/Feiertage

- **Die Gruppe kann den Arztbesuch nicht  
ersetzen, aber ergänzen!**

Gemeldet sind wir in der  
Selbsthilfekontaktstelle des Paritätischen  
in Nienburg.

Wir sind Mitglied im Verein der  
Deutschen Gesellschaft für Bipolare  
Störungen e. V.

Gefördert von der GKV – Vdek  
(KRAKENKASSEN GEFÖRDERTE  
PROJEKTE), Mitglied der Sprotte.de

Austausch mit Sozialpsychiatrischer  
Dienst u. Profis,

bitte mit Voranmeldung:

**Tel. 0160 98 64 31 84**

Mail-Kontakt:

seiltaenzernienburg@gmail.com

Internet: [www.seiltaenzer-nienburg.de](http://www.seiltaenzer-nienburg.de)