

PRESSEMITTEILUNG

Bonn, Dienstag, 25. August 2026

„Nah dran“: Neue Online-Workshopreihe für junge Angehörige

Wenn ein nahestehender Mensch psychisch erkrankt, kann das viele Fragen und Unsicherheiten mit sich bringen. Mit „Nah dran“ startet die Junge Selbsthilfe des BAPK eine neue Online-Workshopreihe für junge Angehörige zwischen 18 und 35 Jahren.



Die vierteilige Workshopreihe bietet Raum für Information, Austausch und persönliche Reflexion. Die Termine bauen aufeinander auf und ermöglichen es den Teilnehmenden, sich Schritt für Schritt mit unterschiedlichen Aspekten des Angehörigeseins auseinanderzusetzen. Dabei stehen die eigenen Erfahrungen, Bedürfnisse und Grenzen im Mittelpunkt.

Auf dem Programm stehen unter anderem die Workshops „Und wo bleibe ich?“, in denen es um Verantwortung, Loyalität und Selbstbestimmung geht, sowie „Wie sag ich das jetzt?“, der sich mit Kommunikation, Konfliktlösung und Sprachlosigkeit im Angehörigenalltag beschäftigt.

Geleitet wird die Reihe von zwei Referentinnen, die in der Angehörigenarbeit tätig sind und ihre fachliche und persönliche Erfahrung mitbringen. Die Teilnahme ist kostenlos. Die Anmeldung für die vier Termine ist ab sofort möglich.

Weitere Informationen und Anmeldung: www.portal-junge-selbsthilfe.de/online-angebote/nah-dran/

PresseKontakt:

Nele Riepenhusen, Projektmanagement

Tel.: 0151 50460653 | Mail: nele.riepenhuse@bapk.de

Der BAPK e. V. ist eine Selbsthilfeorganisation und Solidargemeinschaft von Menschen mit psychisch erkrankten Familienangehörigen oder nahen Menschen. Er setzt sich auf allen politischen und gesellschaftlichen Ebenen für die Verbesserung der Situation psychisch erkrankter Menschen, ihrer Angehörigen und Nahestehenden ein.