



### Wann?

Jeden ersten und dritten Montag im Monat um **19 Uhr** (Sondertermine unter Berücksichtigung von Feiertagen)

### Wo?

Im Gemeindehaus der ev. Kirchengemeinde in Groß-Gerau  
Kirchstr. 11

## Über uns

### Über uns

Fühlen Sie sich mit Ihrer Erkrankung alleine oder missverstanden?

Scheuen Sie sich nicht, mit uns Kontakt aufzunehmen!

Yvonne & Madeleine

### Kontakt

#### Telefon:

0621 – 31996834  
(Madeleine)

0157 – 56354657  
(Yvonne)

#### E-Mail:

[shg-zur-insel-2005@t-online.de](mailto:shg-zur-insel-2005@t-online.de)



Zur Insel –  
Selbsthilfegruppe  
für Menschen mit  
psychischen  
Erkrankungen in  
Groß-Gerau

Zur Insel –  
Selbsthilfegruppe für  
Menschen mit psychischen  
Erkrankungen in Groß-  
Gerau

## Die Schüssel mit dem Sprung

Es war einmal eine alte chinesische Frau, die zwei große Schüsseln hatte. Diese hingen an den Enden einer Stange, die sie über ihren Schultern trug. Eine der Schüsseln hatte einen Sprung, während die andere makellos war. Am Ende der langen Wanderung vom Fluss zum Haus der alten Frau enthielt die eine Schüssel stets die volle Portion Wasser, die andere war jedoch immer nur noch halb voll. Zwei Jahre lang geschah dies täglich.

Die alte Frau brachte nur anderthalb Schüsseln Wasser mit nach Hause. Die makellose Schüssel war natürlich sehr stolz auf ihre Leistung. Die arme Schüssel mit dem Sprung schämte sich aber wegen ihres Makels und war betrübt, dass sie nur die Hälfte dessen verrichten konnte wofür sie gemacht worden war. Nach zwei Jahren, die ihr wie ein endloses Versagen vorkamen, sprach die Schüssel zu der Frau: „Ich schäme mich so wegen meines Sprunges, aus dem den ganzen Weg zu deinem Haus immer Wasser läuft.“

Die alte Frau lächelte: „Ist dir aufgefallen, dass auf deiner Seite des Weges Blumen blühen, aber auf der Seite der anderen Schüssel nicht? Ich habe auf deiner Seite des Pfades Blumensamen gesät, weil ich mir deiner Besonderheit bewusst war. Nun gießt du sie jeden Tag, wenn wir nach Hause laufen. Zwei Jahre lang konnte ich diese wunderschönen Blumen pflücken und den Tisch damit schmücken. Wenn du nicht genauso wärst, wie du bist, würde diese Schönheit nicht existieren und unser Haus beehren.“

*Asiatische Weisheit*

---

*"Es kann also ein großer Nutzen sein, einen „Sprung in der Schüssel“ zu haben!"*

---

### Kurzer Überblick

Unsere Selbsthilfegruppe soll Menschen mit psychischen Erkrankungen unterstützen.

Oftmals tut es gut, sich mit Menschen auszutauschen, die ähnliche Probleme haben.

Wir treffen uns in einem separaten Raum im Gemeindehaus der ev. Kirchengemeinde

Innerhalb der Runde hat jeder Teilnehmer Gelegenheit, sich zu seiner momentanen Situation zu äußern und über das zu sprechen, was derzeit besonders wichtig ist oder zu schaffen macht.