

# Wege aus seelischen Krisen

## Zuständigkeitsbereich

Wir unterstützen Sie, wenn Sie

- unter seelischen Problemen leiden oder eine Lebenskrise erleben
- von Ängsten oder Zwängen geplagt werden
- unter einer psychischen Krankheit leiden
- keine Freude mehr am Leben haben
- aufgrund einer psychischen Erkrankung eine neue Wohnform, einen speziellen Arbeitsplatz oder begleitende Hilfen benötigen
- als Angehörige, Freunde oder KollegInnen psychisch Erkrankter eine Orientierung brauchen
- als über 60-Jährige/r eine Anlaufstelle für Ihre seelische Stabilität suchen, welche die Begleiterscheinungen des Alters berücksichtigt (ausgenommen Demenz)

## Unser Angebot

- Einzel-, Paar- und Familiengespräche
- Gruppen mit verschiedenen Schwerpunkten
- Kontakt- und Freizeitgruppen

## Lösungsansätze

In der Paarberatung können Sie Folgendes erreichen:

- Probleme klarer fassen und Lösungen angehen
- Wege aus einer Krise finden
- lernen, mit seelischer Krankheit umzugehen
- leidvolle Erfahrungen aufarbeiten
- lernen, Ihre lebensbejahenden Seiten zu stärken
- weiterführende soziale oder medizinische Hilfen finden

## Unser Elternprojekt

Wir unterstützen Sie, wenn Sie

- seelisch außergewöhnlich belastet oder psychisch erkrankt sind und
- befürchten, für Ihre Kinder nicht mehr genug Kraft zu haben
- unsicher sind, wie Sie mit Ihren Kindern angemessen umgehen können

## Unser Angebot

- Einzel-, Familien- und Paarberatung
- Vermittlung von Gesprächsgruppen mit anderen Eltern
- Vermittlung von Hilfen für Eltern und Kinder
- Hausbesuche

## Lösungsansätze

- Kinder brauchen ihre Eltern
- Wir unterstützen Sie als Eltern bei Ihrer eigenen Stabilisierung
- Wir suchen mit Ihnen Wege, wie Sie Ihren Kindern besser gerecht werden können

## Unsere Gruppen

Neben Beratungen und Begleitungen bietet der Sozialpsychiatrische Dienst Gruppenveranstaltungen unterschiedlicher Ausrichtung an. Unsere Gesprächs-, Gesundheits-, Informations- und Freizeitveranstaltungen sind auf die Bedürfnisse von Menschen mit seelischen Problemen ausgerichtet. Die Arbeit wird von einem interdisziplinären Team geleistet.

Laufende Freizeit-Treffs finden Sie auf dem Einlegeblatt.

Alle weiteren Gruppen können Sie auf der Homepage einsehen:



## Wir über uns

Unser Team besteht aus Psychologen, SozialpädagogInnen sowie Verwaltungskräften. Das Team verfügt über zusätzlich qualifizierende Weiterbildungen:

- Psychodrama
- Paarberatung systemisch tiefenpsychologisch fundiert
- Systemische Familientherapie
- Körpertherapie
- Focusing-Therapie
- Traumazentrierte Fachberatung
- Systemische Beratung
- Psychogerontologie

## Grundsätzliches

- Die Beratung ist freiwillig und kostenfrei
- Wir unterliegen der Schweigepflicht
- Wenn es angebracht ist und Sie damit einverstanden sind, arbeiten wir mit Ärzten etc. zusammen oder vermitteln an Facheinrichtungen
- Wir sind überzeugt, dass nur die Lösungen gut sind, hinter denen Sie selbst stehen



## Kontakt

### Beratungsstelle für seelische Gesundheit Sozialpsychiatrischer Dienst

Gartenstraße 29  
91217 Hersbruck  
Tel. (09151) 96 434-0 Fax (09151) 96 434-19

[www.caritas-nuernberger-land.de/hilfe-und-besondere-lebenslagen/sozialpsychiatrischer-dienst](http://www.caritas-nuernberger-land.de/hilfe-und-besondere-lebenslagen/sozialpsychiatrischer-dienst)

E-Mail: [spdi@caritas-nuernberger-land.de](mailto:spdi@caritas-nuernberger-land.de)

Onlineberatung: [www.caritas.de/onlineberatung](http://www.caritas.de/onlineberatung)

### Sprechstunden

Mo, Mi, Do 9:00 - 12:00 Uhr  
Mo, Di, Mi, Do 14:00 - 17:00 Uhr  
Fr 9.00 - 12.00 Uhr und 13.00 - 14.00 Uhr  
Wir bitten Sie, die Termine mit uns telefonisch zu vereinbaren.

### Außensprechstunden

**Altdorf**, Türkeistr. 11

**Lauf**, Marktplatz 51

**Röthenbach**, Karlstr. 2

Telefonische Anmeldung über (09151) 96 434-0

## Spendenkonto

Raiffeisenbank Hersbruck  
IBAN DE68760614820000005002  
BIC: GENODEF1HSB

Der Sozialpsychiatrische Dienst wird von Caritas und Diakonie sowie vom Bezirk Mittelfranken und der katholischen Erwachsenenbildung (KEB) gefördert.



# Wege aus seelischen Krisen

Beratungsstelle für  
seelische Gesundheit  
- Sozialpsychiatrischer Dienst -