

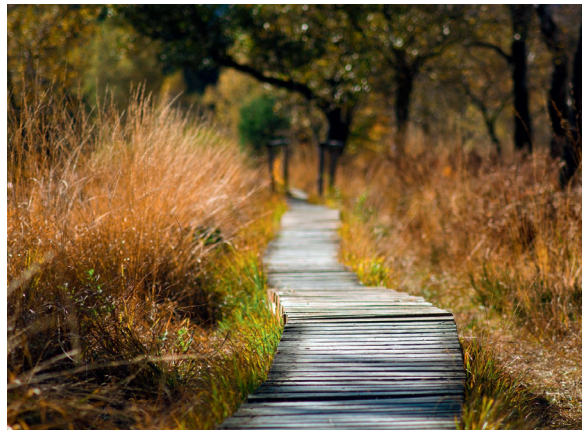
Die sozialpsychiatrische Kontakt- und Beratungsstelle

In der sozialpsychiatrischen Kontakt- und Beratungsstelle arbeiten pädagogische Fachkräfte, Psychiatrie-erfahrene und Ehrenamtliche, die psychisch erkrankten Menschen und ihren Angehörigen Hilfe und Unterstützung zur Bewältigung ihrer Lebenssituation anbieten.

Ihr Weg zu uns



ÖPNV: Linie 154, 155, SB 15, 160 oder 161 bis Huttropstraße, Linie 105 bis Töpferstraße, dann in den Bus 160 oder 161 bis Huttropstraße bzw. fünf Minuten Fußweg



Sozialpsychiatrische Kontakt- und Beratungsstelle

Mit Menschen in Kontakt

Kontaktdaten:

Sozialpsychiatrische Kontakt- und Beratungsstelle
Henricistraße 108 · 45136 Essen
Telefon 0201/26 96 29-4

Allgemeine Anfragen:
spz@asb-ruhr.info

www.asb-ruhr.de · [facebook.com/asbruhr](https://www.facebook.com/asbruhr)
[@asb_ruhr](https://www.instagram.com/asb_ruhr)

Fotos: ASB · Titelbild: fofoita

Wir helfen
hier und jetzt.

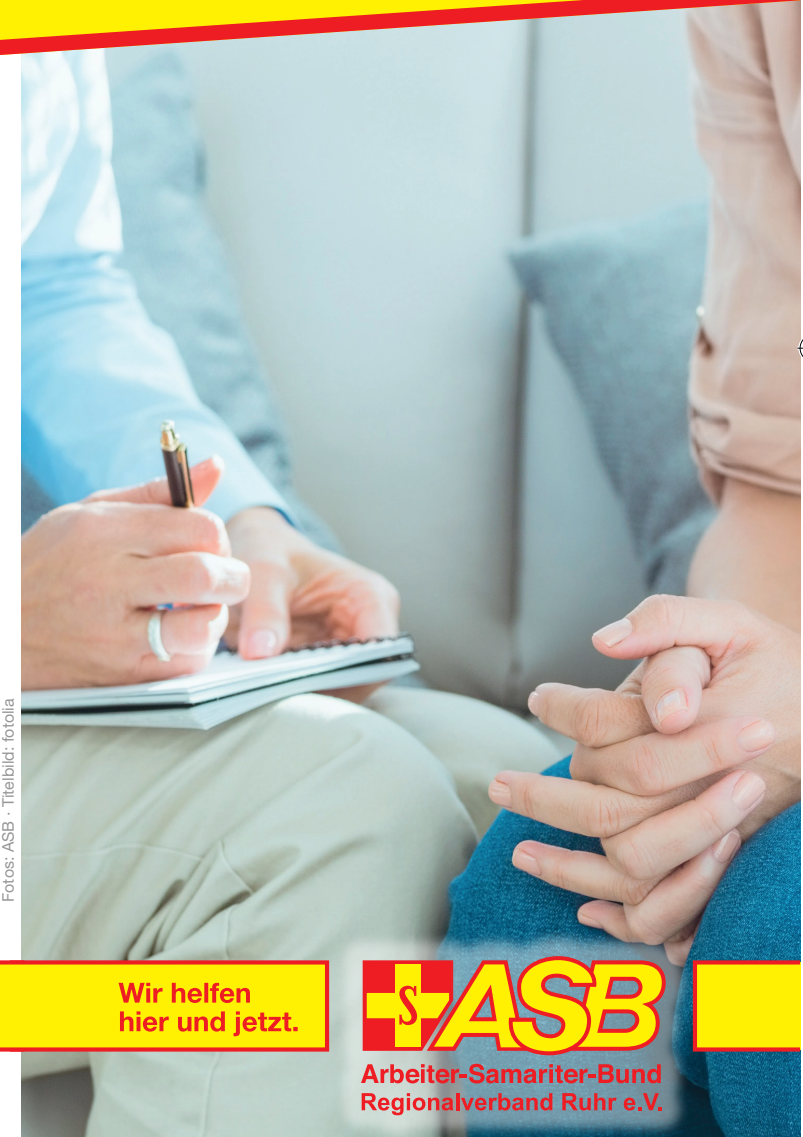


Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Ruhr e.V.

Wir helfen
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Ruhr e.V.



Die sozialpsychiatrische Kontakt- und Beratungsstelle

Unsere Beratung richtet sich an psychisch erkrankte Menschen und deren Angehörige, die Informationen und Hilfe zu nachfolgenden Themen suchen:

- Hintergründe zu psychischen Erkrankungen und seelischen Krisen
- Beratung zu unterschiedlichen Problemstellungen im Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung
- Hilfestellung und Unterstützung bei der Vermittlung von bedarfsorientierten Hilfsangeboten
- Freizeit-/Wochenangebote

In diesem Flyer finden Sie eine Beilage mit unseren aktuellen Angeboten. Sollte diese nicht vorhanden sein, finden Sie diese auch auf unserer Homepage www.asb-ruhr.de

Wir stehen auch für individuelle Beratungstermine nach persönlicher oder telefonischer Vereinbarung (Mo. – Fr. von 8.30 bis 14.30 Uhr) zur Verfügung. Sämtliche Beratungsleistungen sind für Betroffene und deren Angehörige kostenlos*, eine Anonymisierung des Beratungsgesprächs ist auf Wunsch möglich.

* Gilt auch für das Angebot unserer GenesungsbegleiterInnen.



Leistungen der Beratungsangebote des ASB

Allgemeine Beratung

Wir vermitteln psychisch erkrankten Menschen und deren Angehörigen einen Überblick über die psychosozialen Hilfen in Essen und mögliche Zugangswege.

Individuelle, psychosoziale Beratung

Über die allgemeinen Informationen hinaus bieten wir eine individualisierte, lösungsorientierte Beratung die folgendes beinhaltet:

- Klärung des persönlichen Anliegens
- Betrachtung der gesamten Lebenssituation
- Berücksichtigung des individuellen Bedarfs und persönlicher Wünsche
- Einbeziehung aller vorhandenen Hilfen
- Perspektivenentwicklung und -planung

Weiterführende Angebote

Bei uns bekommen Sie Informationen über weitere psychosoziale Angebote des ASB Ruhr e. V. wie...

- das ambulant betreute Wohnen,
- die Tagesstätte Förderturm,
- der LichtTurm 24
- die Wohn- und Betreuungseinrichtung Onckenstraße,
- die AWG Aussenwohngruppe
- Soziotherapie

sowie weitere Hilfsangebote in Essen und Umgebung. Wir helfen gerne bei der Kontaktaufnahme.

**RUFEN SIE UNS GERNE AN:
0201/26 96 294**



SOZIALPSYCHIATRISCHE
KONTAKT- & BERATUNGSSTELLE

Genesungsbegleitung

Unsere Genesungsbegleiter haben selbst psychische Krisen erlebt, durchlebt und einen Weg gefunden, damit umzugehen. In der Ausbildung zum Peer-Berater oder EX-IN Genesungsbegleiter haben sie gelernt, dieses Erfahrungswissen zu reflektieren und zu vermitteln. Sie beraten, begleiten andere Psychiatrie-Erfahrene und führen einige unserer Wochenangebote durch. Bei Interesse an diesem Angebot, rufen Sie gerne an oder schreiben eine Mail an: spz@asb-ruhr.info

Unsere Gruppenangebote

Neben unseren Beratungen bieten wir vielfältige Aktivitäten und Gruppen an.

Mit unseren niedrigschwelligen Angeboten haben Sie die Möglichkeit, Ihren Alltag selbstbestimmt zu strukturieren.

Unser Angebot reicht vom gemeinsamen Kochen oder Backen, über Basteln bis zum ungezwungenen Beisammensein in einer unserer Cafe- oder Frühstücksguppen. Sie finden unser aktuelles Wochenangebot auf unserer Website: www.asb-ruhr.de.

Es werden keine Kursgebühren erhoben.

