

### Ambulante Sozialpsychiatrie – ASP

In den Psychosozialen Zentren Alsterdorf, Rahlstedt und Winterhude erhalten Klienten im Rahmen der Eingliederungshilfe nach SGB IX Angebote der „Ambulanten Sozialpsychiatrie“.

Die „Ambulante Sozialpsychiatrie“ umfasst individuelle personenbezogene ambulante Hilfen für psychisch erkrankte oder seelisch behinderte Menschen und sowie niedrigschwellige Beratung, Prävention und Nachsorge.

Unsere Klient\*innen leben in den Stadtteilen Rahlstedt, Winterhude und Alsterdorf sowie den angrenzenden Stadtteilen alleine oder mit Familienangehörigen oder Lebenspartnern zum größten Teil in eigenen Wohnungen. Ergänzend bieten wir auch Wohngruppen an.

In Alsterdorf, im Wohnquartier „Alsterdorfer Gärten“, können älter gewordene psychisch erkrankten Menschen eine seniorengerechte Wohnung mieten und ebenfalls Eingliederungshilfe in unserer Einrichtung TreVita in Anspruch nehmen.

Die Leistungserbringung erfolgt gemäß dem individuellen Hilfebedarf in Form von Einzelbetreuung und Gruppenangeboten in unseren Psychosozialen Zentren. Die Klient\*innen können auch nur den „Offenen Treff“ in unseren Psychosozialen Zentren nutzen, wenn sie kein Interesse an themenzentrierten Gruppen haben oder nicht in der Lage sind, an solchen teilzunehmen.

### Niedrigschwellige psychosoziale Beratung, Prävention und Nachsorge

Menschen mit psychischen Erkrankungen oder Behinderungen, ihre Angehörigen oder andere Bezugspersonen aus ihrem persönlichen Umfeld können sich an uns wenden, um kurzfristig und unverbindliche Beratung zu Fragen zu erhalten, die mit einer psychischen Erkrankung und ihren Folgen zusammenhängen. Sie erhalten Unterstützung in Krisensituationen und bei der Bewältigung der Folgen ihrer psychischen Erkrankung, die sie ohne Hilfe aktuell nicht überwinden können.

Im gemeinsamen Gespräch wird die aktuelle Lebenssituation der Ratsuchenden erfasst. Ziele und Ressourcen werden benannt und es wird gemeinsam erarbeitet, welche kurzfristige Unterstützung notwendig ist oder welche anderen Hilfen, Beratungen und Unterstützungsangebote vermittelt werden können.

Die Klient\*innen, die das Beratungsangebot in Anspruch nehmen, können nach Absprache auch am „Offenen Treff“ oder themenzentrierten Gruppen in unseren Psychosozialen Zentren teilnehmen. Sollte eine längerfristige Beratung, Betreuung oder Begleitung notwendig sein, wird der/die Betroffene unterstützt einen Antrag auf Eingliederungshilfe zu stellen.

Nach Beendigung einer Maßnahme der Eingliederungshilfe können Klient\*innen im Rahmen der Nachsorge bei Bedarf und im Krisenfall in einem ihnen vertrauten und verlässlichen Setting kurzfristig Information, Beratung und Klärung erhalten.

Die niedrigschwellige psychosoziale Beratung, Prävention und Nachsorge erfolgen kostenfrei und auf Wunsch anonym. Es ist keinerlei Antragstellung auf Kostenübernahme notwendig.

## Individuelle Angebote im Rahmen der Personenorientierten Einzelfallhilfe

Wir arbeiten nach dem personenzentrierten Ansatz. Das Betreuungsangebot und die Dauer der Hilfe richten sich nach dem individuellen Bedarf und der Besonderheit des Einzelfalls. Nicht die institutionellen Rahmenbedingungen stehen im personenzentrierten Ansatz im Mittelpunkt, sondern der einzelne Mensch mit seinen Erfahrungen, seiner Lebensgeschichte, seinen Bedürfnissen, seinen Ressourcen und seinen Zielen. Die Entwicklung und die Umsetzung der persönlichen Ziele stehen im Mittelpunkt unseres Handelns.

Unser Leitgedanke ist, jedem Menschen trotz psychischer Erkrankung oder dem Durchleben schwerer Krisen ein selbstbestimmtes und selbstverantwortliches Leben zu ermöglichen. Klient\*innen erhalten eine individuell abgestimmte Beratung, Betreuung und Begleitung sowie psychosoziale und sozialtherapeutische Gruppenangebote.

Ziel ist es, den Klient\*innen eine eigenständige Lebensführung und Alltagsbewältigung in den verschiedenen Lebensfeldern zu ermöglichen sowie die Selbsthilfepotentiale zu entwickeln und zu stärken.

Wir arbeiten im Bezugstherapeut\*innensystem um im Rahmen der Einzelarbeit die notwendige Kontinuität zu gewährleisten.

Auf Wunsch der Klient\*innen und bei angezeigtem Bedarf arbeiten wir eng und vertrauensvoll mit der Familie, Angehörigen oder anderen Bezugspersonen zusammen. Wenn es gewünscht wird, beraten wir auch die Angehörigen unserer Klient\*innen oder andere Bezugspersonen und vermitteln im gegebenen Fall weitere Hilfen und Unterstützung. Dies ist häufig besonders in Familien mit Kindern notwendig.

Wir kooperieren bei Bedarf mit anderen Stellen und Anbietern ergänzender Hilfen. Sozialräumlich ausgerichtet stellen wir Kontakte zu anderen Angeboten im Stadtteil her.

Unsere Klient\*innen können auch die vielfältigen weiteren Einrichtungen innerhalb der Evangelischen Stiftung Alsterdorf nutzen. Hierzu gehören u.a. Möglichkeiten zur beruflichen Rehabilitation und Beschäftigung, Ergotherapie und andere therapeutische Angebote, eine psychiatrische Tagesklinik sowie die Möglichkeit zur stationären psychiatrischen als auch somatischen Behandlung.

Im Rahmen der personenzentrierten Einzelbetreuung – auch in Form von Hausbesuchen oder Begleitung - erhalten unsere Klient\*innen ganz individuelle Hilfen entsprechend ihren Zielen und ihrem jeweiligen Bedarf.

Zu unseren Angeboten gehören u.a.

- Psychosozial stützende Einzelgespräche
- Erarbeitung eines Krankheitsverständnisses
- Erarbeitung neuer Bewältigungsstrategien im Umgang mit der Erkrankung und Förderung verbleibender und kompensatorischer Fähigkeiten
-

- Krisenprophylaxe und Krisenbewältigung sowohl bei psychischen als auch sozialen Schwierigkeiten
- Förderung der Konfliktfähigkeit
- Förderung der Selbstständigkeit und eigenständigen Lebensführung sowie Selbstverantwortlichkeit und Stärkung der Lebensperspektive
- Förderung der sozialen Kontakte und somit Überwindung von sozialer Isolation oder mangelnder Mobilität
- Beratung bei Fragen zur beruflichen Rehabilitation, schulischen oder beruflichen Qualifizierung oder Suche nach Arbeit und Beschäftigung
- Unterstützung bei Schwierigkeiten am Arbeitsplatz
- Unterstützung bei administrativen Angelegenheiten und im Umgang mit Behörden
- Sicherung des Lebensunterhaltes, Geldverwaltung und Anbahnung bzw. Begleitung einer Schuldenregulierung
- Unterstützung bei der Selbstversorgung und Haushaltsführung mit Einkaufen, Kochen, Reinigung und Wäschepflege
- Wohnungssuche oder Wohnungserhalt
- Sicherung der ärztlichen Versorgung und Unterstützung bei der ärztlichen und medikamentösen Behandlung
- Kooperation mit Dritten, z.B. Ärzte, externe Psychotherapeuten, Arbeitsamt, Rentenversicherungsträger, Jugendamt, gesetzliche Betreuer, Vermieter etc.
- Hilfen bei Problemen mit Partner, Kindern, Familienangehörigen, Nachbarn oder anderen Bezugspersonen
- Beratung und Unterstützung der Angehörigen
- Vermittlung von Hilfen für Kinder und Kooperation mit den zuständigen Stellen und Anbietern im Rahmen der Jugendhilfe.

### Gruppenangebote in den Psychosozialen Zentren Alsterdorf, Rahlstedt und Winterhude

Die Klient\*innen können in unseren Psychosozialen Zentren am „Offenen Treff“ und an vielfältigen Gruppenangeboten teilnehmen. Die Gruppenarbeit dient dem Ziel, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen und Beziehungen zu erleben. Die Gruppe schafft die Möglichkeit des gemeinsamen Erlebens mit und im Bezug zu Anderen.

Wir bieten verschiedene Gruppen regelmäßig an, die sich an der Nachfrage und den aktuellen Bedarfen der Klient\*innen orientieren.

Dazu können gehören:

- Offener Treff mit Möglichkeit andere Klienten zu treffen und Zeit gemeinsam zu verbringen
- einmal wöchentlich auch eine längere Öffnungszeit am Abend
- Frühstücks-, Koch- und Backgruppen
- Verschiedene Sportangebote wie Nordic Walking, Hockergymnastik, Schwimmen, Wassergymnastik oder Fußball
- Gartengruppe

- Kreativgruppe
- Ausflüge
- Besuch kultureller Veranstaltungen und Kinobesuche
- Bowling
- Billard
- Ohrakkupunktur
- Wöchentliches bzw. monatliches Forum für alle Klienten
- Angebote an Feiertagen und gemeinsames Feiern von Festen.

Darüber hinaus bieten wir ausgerichtet am aktuellen Hilfebedarf und dem Interesse der Klient\*innen weitere Gruppen an. Die Angebote werden somit der Nachfrage angepasst und spiegeln die Flexibilität unserer Leistungserbringung wieder.

Mögliche Angebote können z.B. sein:

- Psychoedukative Gruppen
- Soziales Kompetenztraining
- Computertraining
- Ernährungsberatung
- Achtsamkeitsgruppe
- Entspannung

Zu unserem Angebot gehören auch Veranstaltungen und gemeinsame Feste mit Angehörigen, Freunden oder Nachbarn sowie sozialräumliche Aktivitäten. Nach Möglichkeit versuchen wir auch jährlich für einen Teil der Klienten eine Reise anzubieten.

Für Klient\*innen, die gerne in unsere Zentren kommen wollen, aber dazu alleine nicht in der Lage sind oder den Weg nicht bewältigen können, bieten wir einen Fahrdienst an.

### Kontaktaufnahme

Bei Interesse an unserem Angebot bieten wir kurzfristig unverbindliche Informationsgespräche an. Die Klient\*innen können ihre persönliche Situation schildern und erhalten Informationen über Unterstützungsangebote.

Unser personenzentriertes Angebot (Ambulante Sozialpsychiatrie – ASP) wird als Eingliederungshilfe finanziert. Wenn sich Klient\*innen entscheiden, Eingliederungshilfe zu beantragen, unterstützen wir umfassend das gesamte Antragsverfahren und begleiten auch zu Terminen in der Behörde.

Nachfolgend finden Sie Angaben zu den Mitarbeiter\*innen, die für die Beratung und Durchführung der Informationsgespräche zuständig sind. Weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Webseite [www.psychosoziale-zentren-hamburg.de](http://www.psychosoziale-zentren-hamburg.de)

Evangelische Stiftung Alsterdorf

psychosoziale\_zentren  
hamburg

### Psychosoziales Zentrum Alsterdorf - TreVita

Frau Femke Rath

Alsterdorfer Markt 8

22297 Hamburg

Telefon: 040 - 5077 3062

Fax: 040 - 5077 3063

oder per E-Mail: [pszalsterdorf@alsterdorf.de](mailto:pszalsterdorf@alsterdorf.de)

### Psychosoziales Zentrum Rahlstedt

Frau Regine Halfter

Scharbeutzer Straße 66

22147 Hamburg

Telefon: 040 - 25 480 430

Fax: 040 - 25 480 436

oder per E-Mail: [pszrahlstedt@alsterdorf.de](mailto:pszrahlstedt@alsterdorf.de)

### Psychosoziales Zentrum Winterhude

Herr Torsten Möhling

Jarrestraße 44

22303 Hamburg

Telefon: 040 - 227 383 14

Fax: 040 - 227 383 15

oder per E-Mail: [pszwinterhude@alsterdorf.de](mailto:pszwinterhude@alsterdorf.de)