

## In der Beratung sind für Sie da:

**Miriam Hirsch**  
Sozialpädagogin B.A.

**Margot Baier**  
Dipl.-Sozialpädagogin (FH)

**Stefanie Palme**  
Psychologin (M.Sc).

**Silke Felsmann**  
Dipl.-Sozialpädagogin (FH)  
Psychologische Beraterin  
Supervision-Mediation-Coaching  
Trauerbegleiterin

- Alle Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht. Auf Wunsch kann die Beratung auch anonym erfolgen.
- Unsere Beratung ist für Sie kostenfrei.
- Sie brauchen keinen Überweisungsschein.

## Sie erreichen uns

Montag bis Donnerstag 9 – 12 Uhr  
14 – 16 Uhr  
Freitag 9 – 12 Uhr

Beratungsgespräche finden nach Terminvereinbarung statt.

### Caritas-Kreisstelle Ingolstadt

Beratung für psychische Gesundheit  
Jesuitenstraße 1  
85049 Ingolstadt

Telefon 08 41 / 3 09 -1 00  
Telefax 08 41 / 3 09 -1 69  
spdi@caritas-ingolstadt.de

Fotos:  
Titel: ©panthermedia.net/e.starosczik  
S. 2: ©panthermedia.net/mitarart  
S. 4: ©panthermedia.net/HelmaSpona

9/2019

Gefördert durch:



# caritas

## Beratung für ältere, seelisch belastete Menschen und deren Angehörige



Gerontopsychiatrischer Dienst

# caritas



Caritas-Kreisstelle  
Ingolstadt



## Wir sind da für seelisch erkrankte Menschen ab dem 60. Lebensjahr.

### Wir beraten und unterstützen,

- wenn belastende Lebensereignisse wie Partnerverlust oder (schwere) Erkrankungen zu bewältigen sind
- wenn wegen Einsamkeit, Verlust von Selbstständigkeit oder aus anderen Gründen Gefühle von Hilfs- und Hoffnungslosigkeit überhandnehmen
- wenn Ängste, Depressionen oder wahnhaftige Erkrankungen das Leben schwer machen.



Wir sind auch Ansprechpartner für Angehörige und Bezugspersonen, die Entlastung und Unterstützung suchen.

Wir können Wege aufzeigen, wie Sie mit auftretenden Problemen umgehen können.

### Wir bieten an:

- Persönliche Gespräche zu Hause oder in der Klinik
- Hilfestellung bei der Krankheitsbewältigung
- Informationen über Hilfs- und Entlastungsangebote
- Vermittlung von weiterführenden Hilfen
- Regelmäßige Gesprächstermine (zur Beratung und Begleitung)
- Kontaktaufnahme mit Behörden, Ärzten oder Kliniken und Begleitung dorthin
- Informationen über sozialrechtliche Fragen (z. B. Pflegeversicherung, Sozialhilfe, Wohngeld)
- Gruppenangebote und Anregungen zur Freizeitgestaltung
- Hilfen zur Trauerbewältigung



### Gruppen, die Ihnen gut tun können:

- **Aktivierungsgruppe** – 14-tägig
- **Kreativgruppe**
- **Freizeitgruppe** mit Ausflügen in der Region
- **Kochgruppe**
- **Angehörigengruppe** – monatlich:

Hier können sich Angehörige mit anderen Betroffenen aussprechen und dadurch entlasten. Im gegenseitigen Gespräch ist es auch möglich, ein besseres Verständnis zu entwickeln für die besondere Situation eines psychisch erkrankten oder zu pflegenden Menschen.