

caritas



Jahresbericht 2023

Beratungsstelle für psychische Gesundheit

Inhaltsverzeichnis

1. Vorstellung der Beratungsstelle für psychische Gesundheit	4
Das Wichtigste auf einen Blick	7
Vergleich der Jahre 2019, 2020, 2021, 2022, 2023	7
2. Klientenstruktur an der Beratungsstelle	8
3. Psychiatrische Diagnosen in der Beratung	10
4. Gruppenangebote an der Beratungsstelle	12
5. Öffentlichkeitsarbeit und Projekte	15
7. Krisendienst Psychiatrie.....	18
8. Wegbeschreibung	19

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Geschlechterverteilung 2023	8
Abbildung 2: Altersverteilung 2023	8
Abbildung 3: Berufliche Tätigkeit 2023	9
Abbildung 4: Anzahl Kontakte pro Klient im Jahr 2023	9
Abbildung 5: Psychiatrische Diagnosen 2023	10
Abbildung 6: Verteilung F-Diagnosen nach Geschlecht 2023, Angaben in Prozent.....	10
Abbildung 7: Verteilung F-Diagnosen nach Alter	11
Abbildung 8: Anzahl der Krisendienstklienten 2019–2023	18

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird im vorliegenden Jahresbericht die männliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Dies impliziert keine Benachteiligung eines anderen Geschlechts, sondern soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein.



**Liebe Leserinnen und Leser,
liebe Klientinnen und Klienten,**

die Zahl der psychisch belasteten bzw. erkrankten Menschen hatte im Jahr 2022 seinen Höchststand seit zehn Jahren. Laut dem „Psychreport“ der DAK sind die Fehltage im Vergleichszeitraum um 48 Prozent gestiegen. Die Auswirkungen dieser Entwicklung haben wir auch in unserer Arbeit im Jahr 2023 deutlich gespürt. Neben den Beratungen im Einzelsetting haben wir versucht, die steigende Nachfrage durch eine Vielzahl von Gruppenangeboten abzudecken. Darüber hinaus organisierten die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle Vorträge und betrieben aktiv Öffentlichkeitsarbeit, um für das Thema „psychische Gesundheit“ zu sensibilisieren. Dazu gehörten der Audi-Social-Day, die Projekte „Rollentausch“ und „Voice over“ sowie das Bereitstellen von Informationen zu dem Thema auf Instagram und Facebook. Unser Jahr schlossen wir dann ganz traditionell („so wie früher“) mit unserem Adventsbasar ab, auf welchem diesmal sogar gezaubert wurde.

Wir blicken optimistisch in das Jahr 2024 und hoffen, dass sich die Menschen psychisch von den Folgen der Einflüsse durch die Pandemie und der weltpolitischen Lage erholen und sich stabilisieren. Das Team der Beratungsstelle wird im Zweifelsfall auch im nächsten Jahr für all die belasteten Menschen da sein und versuchen, eine Stütze in dieser schnelllebigen Zeit zu sein.

Ihr Team der Beratungsstelle für psychische Gesundheit!

Maika Böhme
Fachdienstleitung

1. Vorstellung der Beratungsstelle für psychische Gesundheit

Die Beratungsstelle für psychische Gesundheit mit gerontopsychiatrischem Fachbereich ist eine Fachabteilung der Caritas-Kreisstelle Ingolstadt. Träger der Beratungsstelle ist der Caritasverband für die Diözese Eichstätt e.V.

■ Wer hat Sie 2023 beraten?

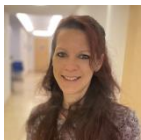
Für den Sozialpsychiatrischen Dienst (SpDi, Klienten unter 60 Jahren):



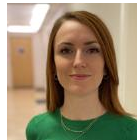
Maika Böhme
Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Systemische Beraterin (DGSGF)
Fachdienstleitung



Monika Fochler
Diplom-Sozialpädagogin (FH)



Andrea Ploß
Diplom-Psychologin
Systemische Paar- und
Familientherapeutin
Traumafachberatung



Eva Hanna
Psychologin M.Sc.
bis September 2023



Vanessa Nötzoldt
Sozialpädagogin B.A.



Petra Hoffmann
Diplom-Sozialpädagogin (FH)



Juliana Mayerl
Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Systemische Beraterin
ab Juni 2023



Verena Rohmoser
Sozialpädagogin M.A.
ab Oktober 2023

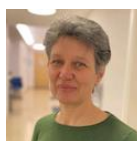


Lyaysan Kovganyuk
Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)
ab Oktober 2023

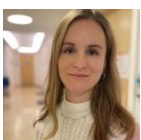
Für den gerontopsychiatrischen Fachbereich (Klienten ab 60 Jahren):



Stefanie Palme
Psychologin M.Sc.



Margot Baier
Diplom Sozialpädagogin (FH)



Franziska Schlachtbauer
Pädagogin M.A.
bis Mai 2023



Silke Felsmann
Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Supervision, Mediation –
Coaching, Trauerbegleiterin

In Elternzeit 2023:



Miriam Hirsch
Sozialpädagogin B.A.
Systemische Beraterin

Außerdem wichtige Bestandteile des Teams:



Klaudia Becker
Verwaltungsangestellte



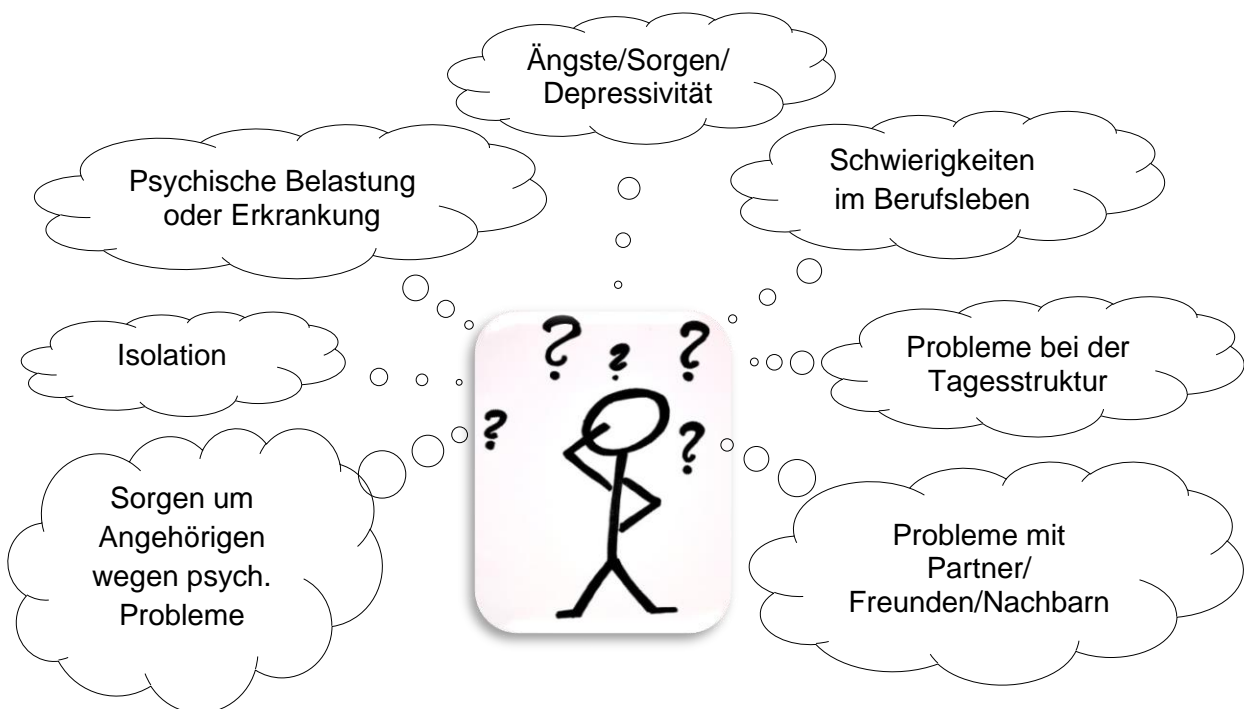
Silke Aldrian
Verwaltungsangestellte

Honorararzt SpDi und GpDi:

Dr. med. Reinfried Ch. Scholz
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie

Der Beratungsstelle standen 2022 eine Vollzeitstelle für Psychologen und 5,8 Vollzeitstellen für Sozialpädagogen zur Verfügung.

■ Wer kommt zur Beratungsstelle?



...und jeder, der Unterstützung in Krisensituationen benötigt.

■ Erreichbarkeiten der Beratungsstelle

Die Verwaltung ist für **Terminvereinbarungen** unter der Telefonnummer 0841/309100 zu folgenden Zeiten erreichbar:

Montag bis Donnerstag 9:00 – 12:00 Uhr sowie 14:00 – 16:00 Uhr

Freitag 9.00 – 12.00 Uhr

Die **Online-Beratung** der Beratungsstelle für psychische Gesundheit ist unter

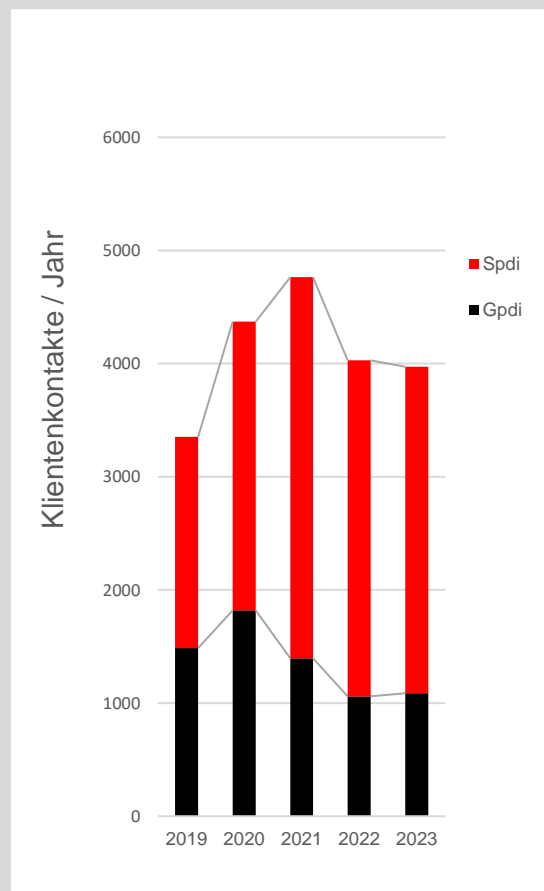
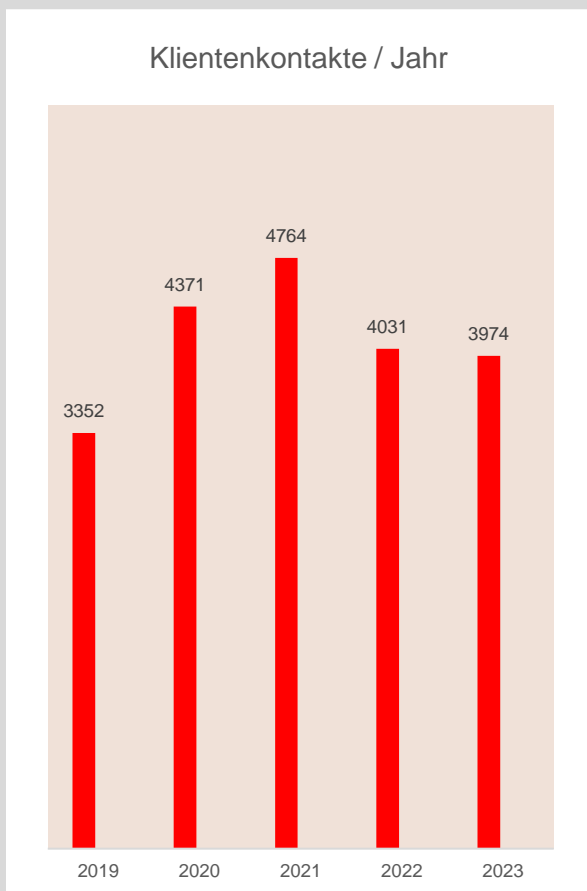
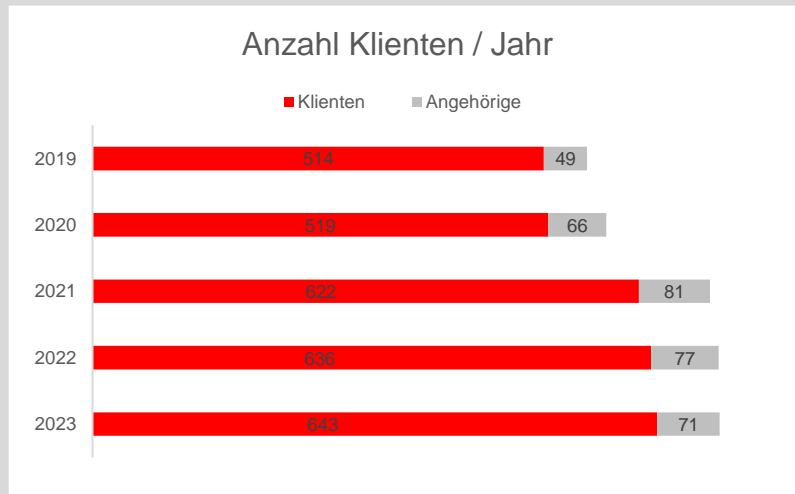
<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/behinderung-und-psychische-erkrankung/start>

oder über folgenden QR-Code zu finden:



Die **Klinikprechstunde** im Zentrum für psychische Gesundheit im Klinikum Ingolstadt findet im dreiwöchigen Turnus für Patienten statt, die sich nach der Entlassung für das Angebot der Beratungsstelle interessieren. Auch für Patienten, die älter als 60 Jahre sind, wird diese Sprechstunde einmal im Monat angeboten.

Das Wichtigste auf einen Blick – Vergleich der Jahre 2019, 2020, 2021, 2022 & 2023



2. Klientenstruktur an der Beratungsstelle

Wie auf Seite 8 dargestellt, konnte sich die Anzahl der ratsuchenden Menschen stabilisieren und ist im Vergleich zum Jahr 2022 nahezu gleichgeblieben. Es ist deutlich sichtbar, dass der Bedarf mit der Pandemie gestiegen ist und nun stagniert. Dennoch ist die Zahl der Klienten im Vergleich zu 2019 deutlich höher. Die Zahl der Klientenkontakte ist leicht gesunken. Dies lässt sich unseres Erachtens auf die vollständige Wiederaufnahme und den Ausbau der Gruppenangebote zurückführen.

Im nachfolgenden Kapitel wird die Klientenstruktur an der Beratungsstelle für psychische Gesundheit im Jahr 2023 dargestellt. Dabei ist zu beachten, dass sich die statistischen Zahlen hier ausschließlich auf selbst betroffene Klienten beziehen, soweit nichts Anderes vermerkt ist. Neben selbst betroffenen Personen war die Beratungsstelle 2023 auch Anlaufstelle für 71 Angehörige psychisch kranker oder belasteter Menschen, die in den nachfolgenden Berechnungen jedoch nicht miteinbezogen wurden. Insgesamt beläuft sich die Zahl der selbst betroffenen Klienten auf 643.

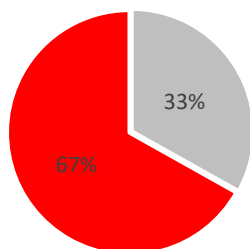


Abbildung 1: Geschlechterverteilung 2023

Wie in den vergangenen Jahren verteilten sich die Geschlechter bei den selbst Betroffenen konstant im Verhältnis von etwa einem Drittel zu zwei Dritteln (Abbildung 1). Die Altersverteilung hat sich im Vergleich zu den Vorjahren dagegen verschoben. So waren 2022 die meisten Klienten zwischen 18 und 29 Jahre alt, gefolgt von der Gruppe der 60- bis 69-Jährigen und der 40- bis 49-Jährigen.

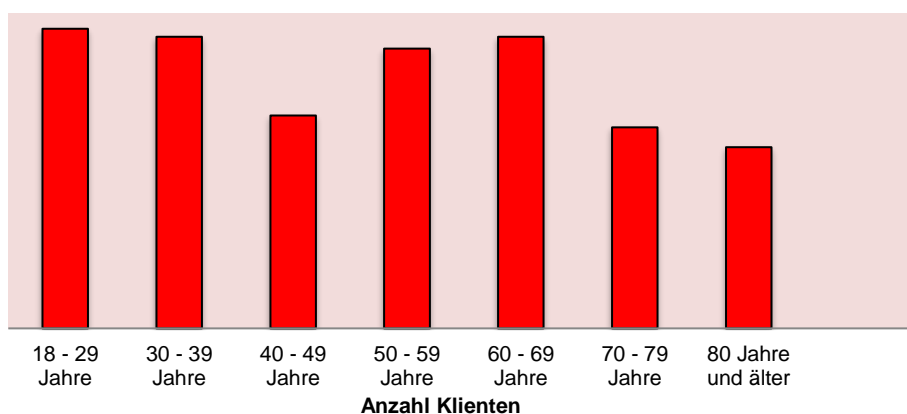


Abbildung 2: Altersverteilung 2023

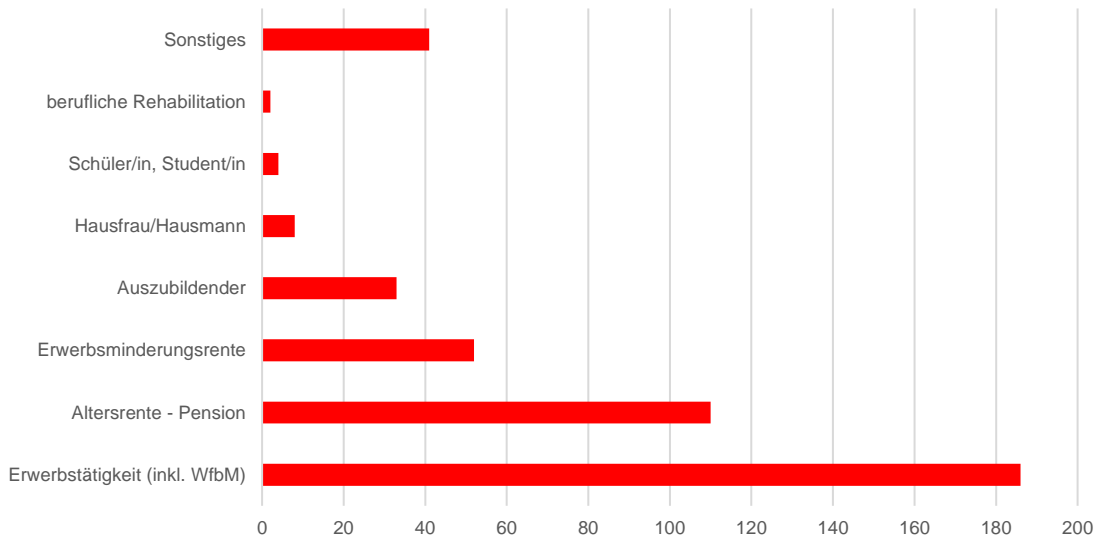


Abbildung 3: Berufliche Tätigkeit 2023

Die Verteilung der beruflichen Tätigkeit bzw. des Einkommens hat sich im Vergleich zum letzten Jahr nicht verändert. Nach wie vor sind die meisten Ratsuchenden erwerbstätig bzw. beziehen Altersrente (Abbildung 3).

Abbildung 4 zeigt die Häufigkeit der Beratungskontakte pro Klient. Dabei wird zwischen selbst betroffenen Klienten und Angehörigen differenziert, da sich diese in ihren Beratungsprozessen oftmals unterscheiden. Die meisten Angehörigen kamen zwischen ein- und viermal zu einem Beratungstermin, wohingegen Betroffene zum Teil zwischen 20 und 40 Kontakte bzw. mehr als 40 Gespräche hatten.

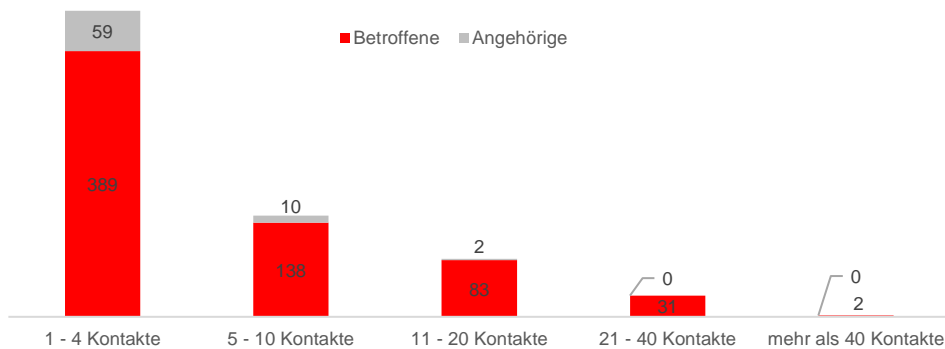


Abbildung 4: Anzahl Kontakte pro Klient im Jahr 2023

3. Psychiatrische Diagnosen in der Beratung

Der folgende Abschnitt stellt die Verteilung der klinisch relevanten Diagnosen derjenigen Klienten dar, die im Jahr 2023 die Beratungsstelle für psychische Gesundheit aufsuchten. Von den insgesamt 643 Klienten kamen 103 Personen ohne eine klinisch bedeutsame Hauptdiagnose (16 %) oder mit einer unbekanntem Diagnose zur Beratungsstelle (39 %), 291 Personen mit einer psychiatrischen Diagnose (45 %). Der große Anteil der unbekanntem Diagnosen ist zum Teil auf die immer noch anonyme telefonische Erfassung der Klientendaten zurückzuführen, die aufgrund der Pandemie zum Alltag wurde. Auch bei den Online-Beratungen werden die Daten anonym erfasst.

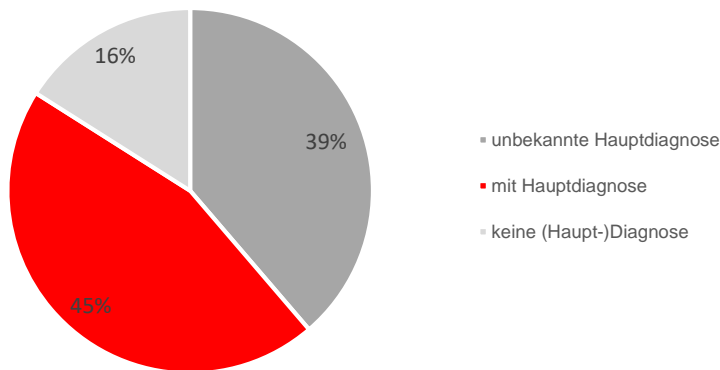


Abbildung 5: Psychiatrische Diagnosen 2023

Betrachtet man nur Klienten mit einer psychiatrischen Diagnose, entsteht das nachstehende Diagramm. Um die Verteilungen zu spezifizieren, wird zunächst auf den Unterschied hinsichtlich der Diagnosen zwischen den Geschlechtern eingegangen und anschließend auf die Auffälligkeiten hinsichtlich des Alters der Klienten.

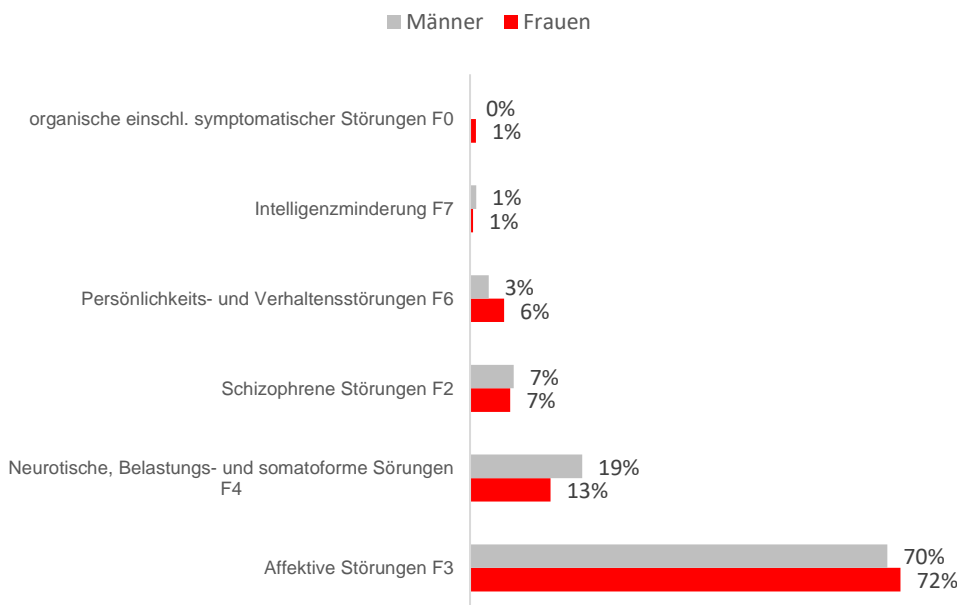


Abbildung 6: Verteilung F-Diagnosen nach Geschlecht 2023, Angaben in Prozent

72 Prozent der Frauen, bei welchen eine Hauptdiagnose vorlag, litten an einer affektiven Störung, beispielsweise an einer Depression. Ähnlich groß war der Anteil der Männer, die mit einer Hauptdiagnose in die Beratung kamen (70%). Geschlechtsspezifische Unterschiede zeigten sich 2023 vor allem in den neurotischen, Belastungs- und somatoformen Störungen (F4) sowie in den Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen (F6).

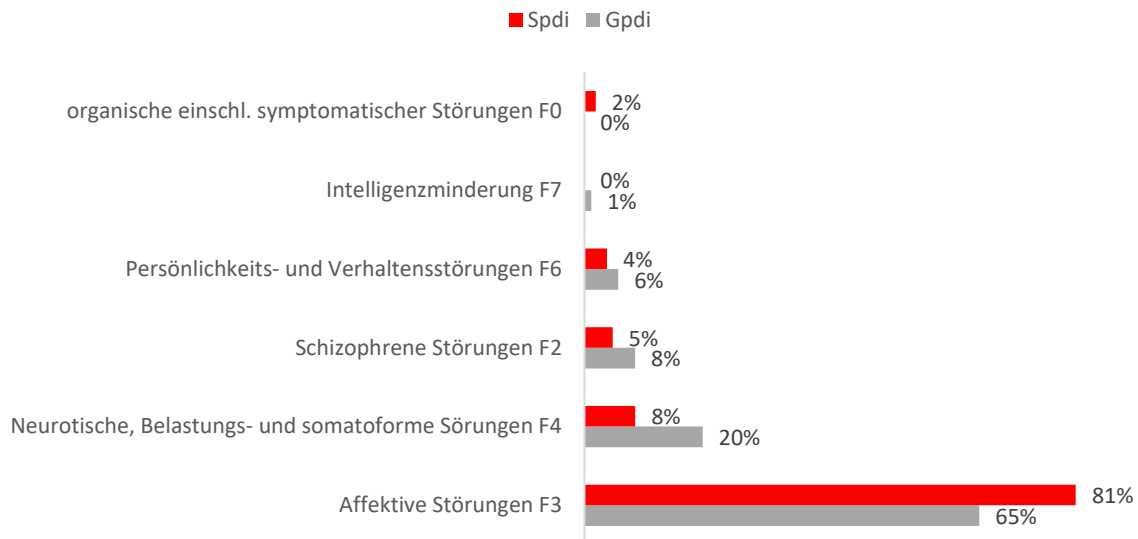


Abbildung 7: Verteilung F-Diagnosen nach Alter

Abbildung 7 verdeutlicht die unterschiedliche Verteilung der psychiatrischen Hauptdiagnosen hinsichtlich des Alters der Klienten. Dabei wurde die gerontopsychiatrische Klientel (GpDi), mit einem Alter über 60 Jahren, verglichen mit der sozialpsychiatrischen Klientel (SpDi), welcher Klienten zwischen 18 und 59 Jahren zugeordnet werden. Ein deutlicher Unterschied in der Häufigkeitsverteilung stellte sich vor allem in den Bereichen der affektiven Störungen (F3) und der neurotischen, Belastungs- und somatoformen Störungen (F4) dar.

4. Gruppenangebote an der Beratungsstelle für psychische Gesundheit

■ Latschen & Ratschen

Das Gruppenangebot „Latschen & Ratschen“ fand von April bis November statt. Jeden zweiten Donnerstag hat sich die Gruppe am Westfriedhof Ingolstadt für einen einstündigen Spaziergang getroffen. Neben der Auszeit und Bewegung in der Natur kommt auch der Austausch unter den Teilnehmenden nicht zu kurz. Angeleitet wurde die Laufgruppe von einer Ehrenamtlichen und von einer Hauptamtlichen der Beratungsstelle.



Foto: L&R

■ Aktivierungsgruppen mit Frühstück

Unsere beliebte Aktivierungsgruppe fand auch im Jahr 2023 wieder statt. Die Gruppen fanden 14-tägig jeweils dienstags, mittwochs und donnerstags von Februar bis Juni und von September bis November statt. Nach einem gemeinsamen Frühstück und einem lockeren Austausch über alltägliche Themen in der Gruppe wird mit dem Aktivierungsteil begonnen. Dabei werden unterhaltsame und zugleich herausfordernde Denkaufgaben mit Bezug zu aktuellen Themen dargeboten. Die Aufgaben werden je nach Art selbstständig, in einer kleinen Gruppe oder in der großen Gruppe gelöst.

■ Freizeitgruppe

Die Freizeitgruppe (vorher genannt Aktivgruppe), die letztes Jahr von uns ins Leben gerufen wurde, war auch dieses Jahr wieder ein voller Erfolg. Herr Jochum, unser Übungsleiter, unternahm jeden Monat eine tolle Freizeitaktivität mit den Klienten unserer Beratungsstelle. Bei der Auswahl der Aktivitäten orientieren wir uns an den Interessen der Klienten und nahmen Vorschläge von Ihnen gerne an. Dieses Jahr waren wir unter anderem im Planetarium in München, bei einer Alpaka-Wanderung, in Nürnberg zu einer Lebkuchenführung, im Kino, etc. Die Gruppe war auch dieses Jahr in jedem Monat gut besucht. In 2024 wird unsere Freizeitgruppe weitergeführt und wir freuen uns auf tolle Aktivitäten und Momente mit unseren Klienten.

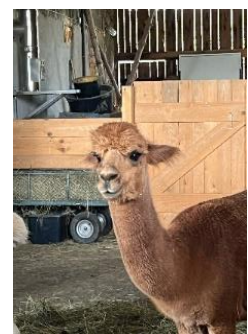


Foto: Freizeitgruppe, Alpaka-Wanderung

■ Angehörigengruppe

Die Angehörigengruppe von psychisch kranken und pflegebedürftigen Menschen trifft sich weiterhin einmal im Monat am Nachmittag oder abends. Allerdings hat diese Gruppe im Jahr 2023 nur sieben Mal stattgefunden, weil die Gruppenleitung längere Zeit erkrankt war.

Neben den wiederkehrenden Festen und Feierlichkeiten wird in der Gruppe hauptsächlich Wert auf ein respektvolles, ermutigendes Miteinander geachtet. Es bestehen darüber hinaus freundschaftliche Verhältnisse. Das Thema, welches die Angehörigen im Jahr 2023 sehr beschäftigt hat, war der Umgang mit der eigenen Beerdigung und den Friedhofsgepflogenheiten. Darüber hinaus wurde der Schwerpunkt im Jahr 2023 auf Rätselaktivierungen in jeder Art und Weise gelegt. Die Gruppe freut sich auch 2024, die gemeinsame Zeit als „Oasenzeit“ nutzen zu können.

■ Ganz unter uns

Im Jahr 2023 erfolgte ein weiterer spannender Durchgang unserer Gesprächsgruppe „Ganz unter uns“. In neun gemeinsamen Treffen wurde mit den Teilnehmern über Themen wie Glück, Achtsamkeit und Emotionen gesprochen. Neben einem kleinen theoretischen Input lebte die Gruppe vom regen Austausch untereinander. Mit Offenheit und Humor konnte der Blickwinkel der Teilnehmer erweitert werden. Zum Schluss gaben sich alle ein wertschätzendes Feedback und packten ihren „Notfallkoffer für die Seele“ mit verschiedenen Skills und Ansprechpartnern. Im März 2024 starten wir dann in einen weiteren Durchlauf und freuen uns schon sehr auf die spannenden Momente mit unseren Klienten.



Foto: Themenübersicht Gruppe „Ganz unter uns“

■ Audi Social Day – Stadtrallye

In bereits mehrjähriger Tradition hat die Beratungsstelle für psychische Gesundheit im Rahmen des Audi Social Day ein kostenloses Angebot für psychisch belastete bzw. psychisch kranke Klienten der Beratungsstelle organisiert.

Beim Audi Social Day engagieren sich Mitarbeitende von Audi ehrenamtlich in sozialen Einrichtungen und machen ihren positiven Einfluss in der Region geltend.

Am Samstag, 24. Juni 2023, trafen sich sieben Klienten und zwei Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle sowie sechs Ehrenamtliche der Audi AG. Aufgeteilt in 3 Gruppen startete die Stadtrallye „Frankenstein – Genie auf Abwegen“ – Die Story jeweils online geführt über Smartphones mit liebevoll recherchierte Story und Verbindung zu Ingolstadt und mit spannenden Rätseln an den Gebäuden und Orten entlang der schönsten und bekanntesten Sehenswürdigkeiten der Altstadt. Die Teilnehmenden waren Teil der Geschichte und hatten das Ziel, das finale Rätsel zu lösen. Dies ist allen geglückt!



Foto: Audi Social Day

Das wurde beim anschließenden Besuch im Eiscafé gemeinsam gefeiert.

Im Rahmen der Aktion erhielt die Beratungsstelle für psychische Gesundheit eine großzügige Spende von der Audi AG. Damit konnten die Kosten für die Stadtrallye und den anschließenden Besuch im Eiscafé gedeckt werden.

Ein rundum gelungener Tag mit vielen Begegnungen, Austausch, Gesprächen und Spaß. Vielen Dank an die Audianer für ihr Engagement und ihre Unterstützung!

■ Kulturgruppe



Foto: Kulturgruppe, Ausflug Ulm

Wir möchten unseren Klienten zu mehr Lebensqualität verhelfen, dies gilt auch für die Unterstützung bei der Freizeitgestaltung. Jeder Mensch hat das Bedürfnis nach einer erfüllten Freizeit. Sie sollte der Teilhabe am Leben in der Gesellschaft und der Persönlichkeitsentfaltung dienen. Unsere Kulturgruppe ist eine gemeinschaftsbildende Maßnahme, in der die Möglichkeit besteht, Kontakt mit anderen Menschen aufzunehmen.

Unser Gruppenangebot findet mit professioneller Begleitung statt. Hier können gemeinsam schöne und vielleicht auch neue Erfahrungen gesammelt werden.

Die Gruppe trifft sich zweimal im Jahr, im Frühsommer und in der Adventszeit zu Tagesausflügen in die Region.

Im Juli 2023 wurde die bayrisch-tschechische Landesausstellung „Barock: Bayern und Böhmen im Haus der Bayerischen

Geschichte in Regensburg“ unter fachkundiger Führung besichtigt.

Im Dezember 2023 fuhren wir mit dem Zug nach Ulm, Stadtführung durch die historische Altstadt, mit anschließendem Besuch des Weihnachtsmarktes.

Gemeinsam verbrachten wir eine schöne Zeit!

■ Kreativgruppe

Die Kreativgruppe findet etwa alle zwei Monate statt. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, an einem gemeinsamen Projekt – angelehnt an die Jahreszeiten – zu arbeiten, welches die Mitarbeiterinnen der Caritas vorbereiten. Alternativ können die Teilnehmenden ihre Handarbeitssachen mitbringen und selbstständig an ihren Projekten arbeiten. Beliebt ist die Gruppe vor allem wegen ihrer ungezwungenen Atmosphäre, in der jeder die eigene Kreativität ganz frei ausleben kann. Angeleitet wird die Gruppe von Juliana Mayerl. Ende 2023 wurde die Gruppe zudem aktiv von unserer Praktikantin Vera Leithner unterstützt, die ganz ohne Berührungsängste die Gruppe anleitete und somit wertvolle praktische Erfahrungen sammeln durfte.



Foto: Kreativgruppe,
Thema „Ostern“

5. Öffentlichkeitsarbeit und Projekte

Nachfolgend werden einige Projekte aufgeführt, die von der Beratungsstelle für psychische Gesundheit initiiert wurden sowie externe Projekte und Kooperationen, an welchen die Beratungsstelle teilgenommen hat.

■ Rollentausch

Am 03. März 2023 führten Mitarbeiterinnen des Gerontopsychiatrischen Dienstes der Beratungsstelle für psychische Gesundheit eine Art Rollentausch mit dem stellvertretenden Caritasdirektor im Bistum Eichstätt Andreas Steppberger durch. Bei dem Austausch erzählten einige Betroffene ihre persönlichen Schicksale. Herr Steppberger zeigte sich sichtlich beeindruckt von den Schicksalen der Klientinnen. Eine ältere Witwe erzählte, dass ihr Einsamkeit sehr zu schaffen mache. So sei es die schlimmste Zeit, wenn sie den ganzen Tag allein zu Hause sei, nachdem innerhalb kurzer Zeit zunächst ihr Mann und dann ihre Mutter starben. Da sei sie in ein Loch gefallen und erhole sich nur langsam davon. Eine große Unterstützung sei für sie die Beratung des Gerontopsychiatrischen Dienstes der Caritas.



Foto: Rollentausch

■ Voice Over im Edeka Ordosch im Rahmen der Inklusionstage



Foto: Voice Over,
Edeka Ordosch

Wie fühlt es sich an, an einer Psychose mit Wahnvorstellungen zu leiden? Dazu haben zahlreiche Einzelpersonen und Gruppen am 11. Mai 2023 im Rahmen der „Wochen der Inklusion“ bei der Erlebnisausstellung „Voice Over“ im Edeka Ordosch in der Ingolstädter Fußgängerzone einen Eindruck erhalten. Sie hörten über Kopfhörer mehrere bedrohliche oder kommentierende/ beschimpfende Stimmen auf einmal und durcheinander. Gleichzeitig sollten sie innerhalb von 20 Minuten verschiedene Artikel einer Liste „einkaufen“. Beobachter machten es den Teilnehmenden noch schwerer sich zu konzentrieren, indem sie die Einkäufer verfolgten und auch einmal den Inhalt des Einkaufskorbes veränderten. Die verschiedenen Eindrücke wurden im Anschluss in der Caritas-Kreisstelle Ingolstadt nachbesprochen. Das Projekt „Voice Over“ haben Studentinnen und Studenten der Katholischen Studierenden Jugend (KSJ) Eichstätt entwickelt. Es wurde als Kooperationsprojekt der Sozialpsychiatrischen Dienste der Caritas in Ingolstadt und Eichstätt, des Fördervereins für psychisch kranke Menschen „Insel“, der Lebenshilfe-Werkstätten und der KSJ durchgeführt.

■ Vorträge 2023

Nachdem die Vortragsreihe im Jahr 2022 so viel Anklang fand, setzten wir diese 2023 fort. Für das Thema „Du bist, was du isst – wie Ernährung Einfluss auf unser psychisches Wohlbefinden nimmt“, konnte Frau Sylvia Mauermeier gewonnen werden. Im Januar informierte sie die Teilnehmer über das Zusammenspiel von Ernährung und Psyche und gab interessante Tipps, worauf zu achten ist. Im Mai hieß es dann „(Keine) Panik!“. In einem zweistündigen Vortrag informierte die psychologische Psychotherapeutin Elena Lindinger, wie Menschen Panikattacken erkennen, verstehen und mit ihnen umgehen können. Ermuntert berichtete Frau Lindinger, dass 90 %



Foto: Referentin Elena Lindinger

sehr gut bis gut behandelbar sind. Sie schloss ihren kurzweiligen Vortrag mit den motivierenden Worten „Wollen, Glauben, Dranbleiben“ – das sind die entscheidenden Faktoren einer erfolgreichen Behandlung.

Zu Beginn der Sommerferien informierte unsere Fachdienstleitung, die auch ausgebildete Stressmanagement-Trainerin ist, zum Thema „Stress – Gefahr oder Chance?“. Neben wichtigen Infos zur Entstehung und den Auswirkungen von Stress gab es praktische Tipps zur kommunikativen, kognitiven und emotionalen Stressbewältigung.

■ Kooperation und Vernetzung

Um für unsere Klienten eine effektive und ressourcensparende Versorgung zu gewährleisten, ist eine enge Kooperation und Vernetzung mit anderen Einrichtungen der (sozial-) psychiatrischen Versorgung in der Region unumgänglich. An folgenden Gremien konnte 2023 (z.T. in digitaler Form) teilgenommen werden:



■ Adventskalender

Wie bereits in den letzten Jahren auch, wurde in der Vorweihnachtszeit von Klienten und Mitarbeitern ein selbstgemachter Adventskalender zusammengestellt. Das heißt konkret, 24 Teilnehmer gestalten 24 Türchen, so dass jeder einen vollständigen Adventskalender erhält. Dieses Jahr sollte jeder seinen Lieblingsspruch individuell verpacken und anderen die Weihnachtszeit verschönern.

■ Adventsbasar

Am 7. Dezember 2023 fand der Adventsbasar in der Beratungsstelle für psychische Gesundheit statt. Hierfür stellte die Kreativgruppe wunderschöne handgefertigte Stricksachen, Schmuck, Christbaumanhänger, Karten und vieles mehr zum Verkauf bereit. Mit dem Erlös werden Projekte finanziert, die den Klienten der Beratungsstelle zu Gute kommen.

Für die besinnlichen Momente sorgten die Achtsamkeitsbox mit Achtsamkeitsübungen für Zuhause und ein Wunschglas, in das man Herzenswünsche für das Jahr 2024 auf einen ausgeschnittenen Stern schreiben und diesen in das Glas werfen konnte. (Die gesammelten Wünsche wurden bei einem Kindergottesdienst im Landkreis Freising in einer Kapelle vor dem Altar mit einem brennenden Teelicht bestückt und von einer Pastoralreferentin gesegnet. Im Anschluss wurden die Sterne in ein Buch für Wünsche gelegt.) Die Besucher konnten mit Kinderpunsch, Kaffee und Lebkuchen das gemütliche Beisammensein und lebhaftes Gespräch genießen und eine spannende Zaubershow erleben, die eine Klientin und die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle vorbereitet hatten. So wurde eine Frau aus Papier samt dem Briefumschlag, in dem sie saß, zerschnitten. Die Überraschung und Freude der Besucher war groß, als die Papierdame von der Magierin aus dem Umschlag unversehrt herausgezogen wurde. Die Zuschauer versuchten immer wieder eifrig, die Tricks der Zauberrinnen zu durchschauen, als diese mehrmals die Gegenstände oder das Alter der Besucher errieten, die in ihrer Abwesenheit ausgemacht wurden. Es war ein wunderschöner Tag voller Besinnlichkeit, schöner Gespräche und lustiger Augenblicke.



Foto: Adventsbasar, Zaubershow

■ **Audi Belegschaftsspende** Die Beratungsstelle für psychische Gesundheit hat 2023 einen Förderantrag bei Audi eingereicht und fest die Daumen gedrückt, dass dieser bei der jährlichen Weihnachtsspende berücksichtigt wird. Die Belegschaft der Audi AG spendete wieder fleißig, sodass insgesamt eine hohe sechsstelligen Spendensumme zusammenkam. Wir freuen uns sehr, dass wir einen (kleinen) Teil davon erhielten und damit ein Gruppenangebot zum Thema Achtsamkeit für psychisch belastete bzw. erkrankte Menschen umsetzen können. Die Gruppe startet im Januar 2024 und wird von Miriam Hirsch, Trainerin für Achtsamkeit und Stressmanagement, angeleitet.

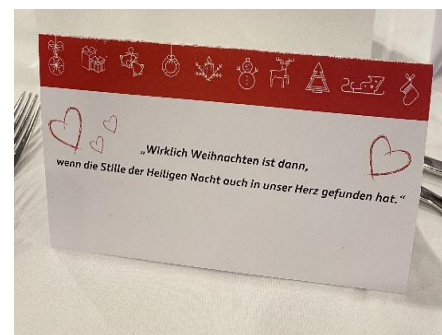


Foto: Belegschaftsspende Audi AG

7. Krisendienste Bayern

Das Team der Beratungsstelle für psychische Gesundheit deckt die Tagdienst-Bereitschaft für den Krisendienst von Montag bis Freitag in der Zeit von 8.00 bis 16.00 Uhr ab. In Zweierteams findet bei Bedarf und durch vorherige Vermittlung durch die zentrale Leitstelle des Krisendienstes in München Beratung von psychisch belasteten Menschen bzw. deren Angehörigen statt. In drei Fällen wurden Klienten bei der stationären Aufnahme im Klinikum Ingolstadt begleitet. Insgesamt ist die Zahl der Einsätze im Vergleich zu den Vorjahren praktisch gleichbleibend und 2023 nur leicht angestiegen.



Neben den Einsätzen nahmen die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle an verschiedenen fachlich relevanten Sitzungen teil und tauschten sich mit allen Vertretern des Krisendienstes Bayern aus.

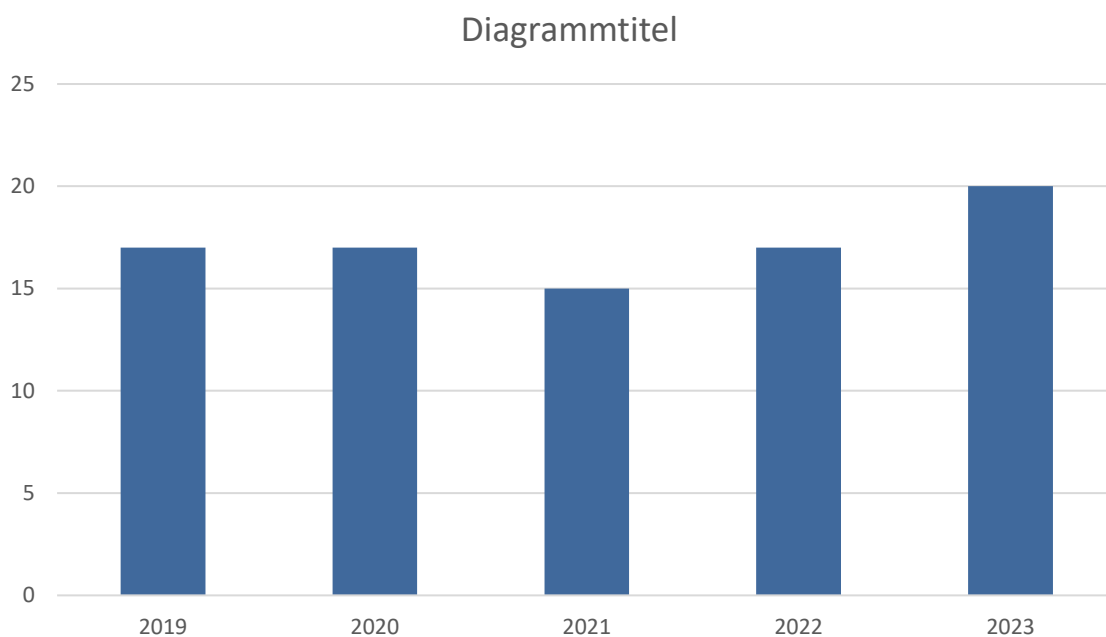
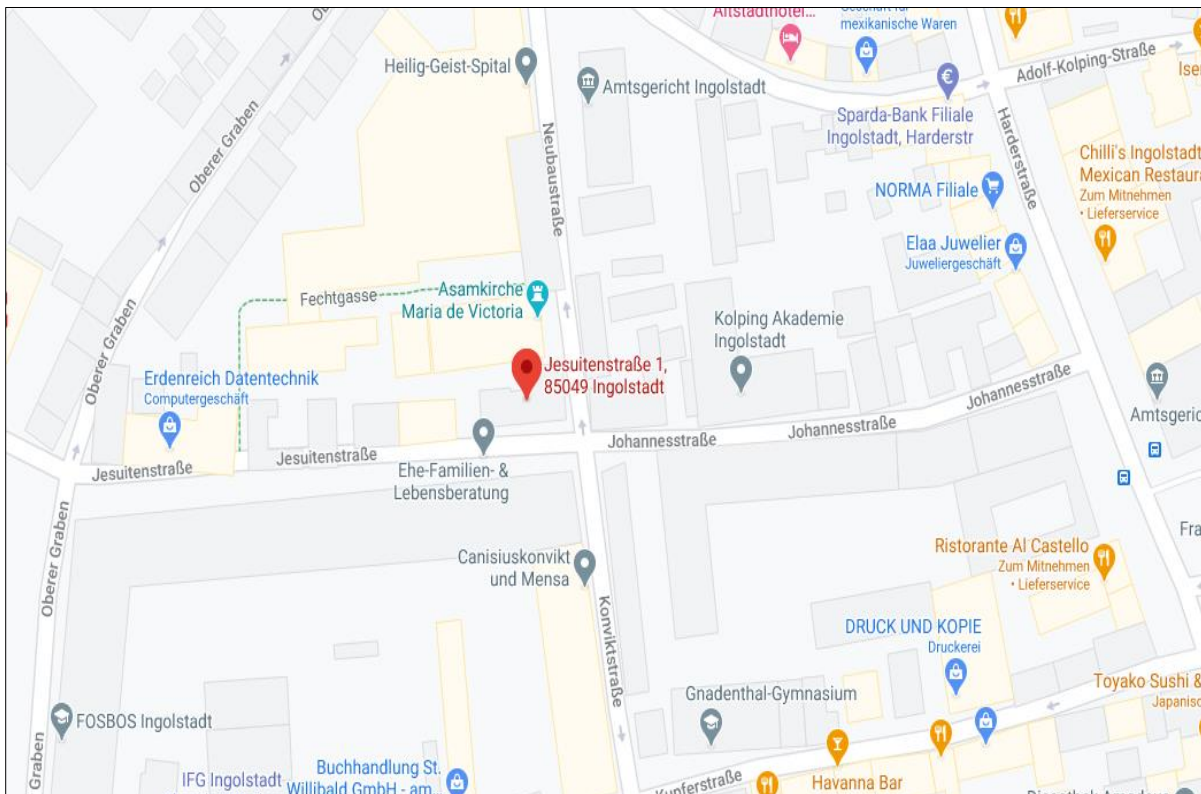


Abbildung 8: Anzahl der Krisendienstklienten 2019 – 2023

8. Wegbeschreibung



Quelle: www.google.de/maps



Die Beratungsstelle für psychische Gesundheit befindet sich in den Räumen der Caritas-Kreisstelle Ingolstadt (Jesuitenstraße 1, 85049 Ingolstadt). Aufgrund der zentralen Lage können Sie uns mit allen Buslinien gut erreichen. Vom zentralen Busbahnhof zur Beratungsstelle sind es nur fünf Minuten zu Fuß. Die Barrierefreiheit ist in unserem Haus gewährleistet.

Foto: Caritas-Kreisstelle Ingolstadt

Ingolstadt, Februar 2024

Maika Böhme

Maika Böhme
Fachdienstleiterin

Bernd Leitner

Bernd Leitner
Dienststellenleitung

Herausgeber:
Caritas-Kreisstelle Ingolstadt
Jesuitenstraße 1, 85049 Ingolstadt
Telefon 08 41 / 3 09 - 1 00
Telefax 08 41 / 3 09 - 1 69
E-Mail: spdi@caritas-ingolstadt.de
www.spdi-ingolstadt.de

caritas

