



## Wenn das Leben aus der Balance gerät ...

- wenn Sie das Gefühl haben, oft an Ihre Grenzen zu geraten
- wenn der Körper streikt (z.B. Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Schmerzen)
- wenn Sie in der Familie oder am Arbeitsplatz nicht mehr „funktionieren“ wie gewohnt
- wenn Sie Unterstützung brauchen, die geeignete Hilfe zu finden (Facharzt, Therapie, Fachberatung)
- wenn Sie etwas in Ihrem Leben verändern möchten



## oder wenn die Seele streikt ...

- wenn Sie sich mutlos und verzweifelt fühlen und keine Perspektiven sehen
- wenn unbestimmte Ängste Ihren Alltag erschweren oder immer wiederkehrende Gedanken Sie belasten
- wenn Sie nach dem Aufenthalt in einer psychiatrischen Klinik eine Starthilfe für den Wiedereinstieg in Ihr alltägliches Leben brauchen
- wenn Sie Hilfe für Angehörige oder Bekannte suchen

## ... dann ist unsere Beratungsstelle für psychische Gesundheit die richtige Adresse für Sie

Hilfe und Unterstützung annehmen ist ein erster wichtiger Schritt.



## Unsere Angebote

### Für Menschen im Landkreis Pfaffenhofen

- Einzelberatung für Betroffene und Angehörige
- Gerontopsychiatrische Fachberatung (für Menschen ab 60)
- Betreutes und Intensiv Betreutes Einzelwohnen
- Krisenintervention
- Telefonische Beratung
- Klinikbesuche
- Hilfe im Umgang mit Ämtern und Behörden
- Vermittlung an weiterführende Hilfen
- Selbsthilfegruppen
- Freizeit-Treffen
- Mehrtägige Erholungsmaßnahmen
- Öffentliche Aufklärungsarbeit
- Beratung für Hörgeschädigte (DGS und LBG)
- Wohnungslosenhilfe (für BürgerInnen der Stadt Pfaffenhofen)

### Für Institutionen und Firmen

- Informationsveranstaltungen
- Individuelle Beratung



## Bei uns finden Sie professionelle Hilfe

Wir sind ein Team qualifizierter Fachkräfte (Diplom-SozialpädagogInnen und Diplom-PsychologIn).

Gemeinsam mit Ihnen entwickeln wir Perspektiven und erarbeiten Lösungsmodelle.

Die Beratungsgespräche finden in der Regel tagsüber statt. Bei Bedarf können sie auch in den Abend verlegt werden.

Wenn Sie nicht in der Lage sind, zu uns zu kommen, kommen wir auch zu Ihnen. Rufen Sie uns einfach an, damit wir einen Termin für einen Hausbesuch vereinbaren können.

Wir beraten Sie unabhängig von Ihrer Konfession oder Staatsangehörigkeit, auf Wunsch auch anonym. Sie benötigen keine ärztliche Überweisung. Es fallen keine Kosten oder Gebühren an.



## Gruppenangebote

Austausch, Aktivität und Selbsterfahrung in der Gruppe mit anderen Betroffenen können heilsame Impulse und Anregungen für das eigene Leben bieten und den Blick öffnen.

Unser Programm reicht von regelmäßigen Gruppenaktivitäten bis zu mehrtägigen Ausflügen. Treffen für ältere Menschen (Kreis der Begegnung) finden in Pfaffenhofen, Manching und Vohburg statt.

Aktuelle Informationen erhalten Sie über unser Sekretariat:  
Tel. (0 84 41) – 80 83-41

## Wir unterstützen Sie auch in Ihrer eigenen Wohnung

### Angebot „Betreutes Wohnen“

Für psychisch erkrankte Menschen, die zu Hause wohnen wollen und einen höheren Betreuungsbedarf haben, bieten wir die Möglichkeit des Betreuten und Intensiv Betreuten Einzelwohnens an.

Ein/e MitarbeiterIn der Beratungsstelle unterstützt Sie mehrere Stunden pro Woche bei der Bewältigung des Alltags sowie in besonderen Lebenssituationen. Einzelheiten dieser Maßnahme können individuell besprochen werden.

## So erreichen Sie uns

### Beratungsstelle für psychische Gesundheit Sozialpsychiatrischer Dienst

Ambergerweg 3, 85276 Pfaffenhofen  
Telefon (0 84 41) 80 83-41  
Fax (0 84 41) 80 83-44  
spdi-pfaffenhofen@caritasmuenchen.de  
www.caritas-pfaffenhofen.de

### Telefonzeiten:

Mo – Do 8.30 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr  
Freitag 8.30 – 12.00 Uhr und 13.00 – 14.00 Uhr  
Bei Bedarf sind Termine auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich.

### Außensprechstunden nach telefonischer Vereinbarung: Telefon (0 84 41) 80 83-41

- Geisenfeld, Stadtplatz 7, Pfarrheim St. Emmeram
- Manching, Schulstraße 21, Seniorenwohnanlage
- Vohburg, Ulrich-Steinberger-Platz 8, Benefizhaus

Wir freuen uns über jede Spende. Sie erhalten von uns eine Spendenquittung.  
Spendenkonto: Sparkasse Pfaffenhofen  
IBAN: DE57 7215 1650 0008 1593 86  
BIC: BYLADEM1PAF  
Stichwort: „SpDi Pfaffenhofen“

gefördert aus Mitteln des  
Bezirks Oberbayern



## Rückhalt finden, eigene Kräfte entwickeln



## Beratungsstelle für psychische Gesundheit Sozialpsychiatrischer Dienst Pfaffenhofen

