


Hilfe, wenn die Seele erkrankt ist

Als Seelenhelfer begleiten wir dich
durch Zeiten, die manchmal allein
kaum zu schaffen sind.

Das Sozialpsychiatrische
Zentrum des ASB
Bonn/Rhein-Sieg/Eifel e.V.

**ASB**
Arbeiter-Samariter-Bund
Bonn/Rhein-Sieg/Eifel e.V.

A photograph of a woman with long brown hair, seen from behind, wearing a green t-shirt. She is being comforted by two people: one person's hand is on her left shoulder, and another person's hand, wearing a ring and a bracelet, is on her right shoulder. The background is dark and out of focus.

Jeder Tag
ist ein neuer
kleiner Anfang.

Habe ich eine seelische Erkrankung?

Jeder Mensch hat mal ein Problem und fühlt sich nicht verstanden und manchmal sogar traurig. Das ist wirklich normal, weil das Leben nicht immer nur aus Sonnenschein besteht. Doch wenn Du immer sehr traurig bist, dann kann es eine seelische Erkrankung sein. Auch wenn Dich Deine Probleme wie ein Berg überragen, gibt es Menschen im Sozialpsychiatrischen Zentrum Siegburg, die Dir helfen den besten Weg zu finden, um über Deinen Berg zu kommen.

Seelische Erkrankungen kannst Du bekommen weil, Du...

- zu viel Stress in Deinem Leben hast, den Du nicht mehr alleine bewältigen kannst
- etwas Schlimmes, wie eine einschneidende Lebenserfahrung - erlebt hast
- Probleme mit anderen Menschen hast
- Probleme hast mit anderen Menschen in Kontakt zu treten
- Dich von anderen Menschen nicht verstanden fühlst

Wir bieten Dir Hilfe an

- geben Dir alle Informationen die Du brauchst, um Dich selber zu verstehen
- geben Dir die Möglichkeit Dich neu kennenzulernen
- suchen gemeinsam mit Dir den für Dich richtigen Arzt, falls Du einen brauchst
- bei uns lernst Du Menschen kennen, die auch Probleme wie Du haben
- bei uns lernst Du Menschen kennen, die Dich verstehen
- gehen gemeinsam den Weg in die Gesundheit
- Du bist nicht mehr allein mit Deinem Schreibkram und den Behörden
- wir besuchen Dich regelmäßig, auch bei Dir zu Hause

Beispiele und Anzeichen für seelische Erkrankungen

Depression – Wolfgang (56)

Ich bin eigentlich immer traurig und habe kein Interesse mehr an Dingen, die mir vorher Freude bereitet haben. Ich fühle mich müde und schaffe es kaum meinen Alltag zu bewältigen.

Wahnvorstellung – Susanne (45)

Ich höre oft Dinge und manchmal fühle ich mich auch verfolgt. Deshalb lebe ich ständig in Angst. Die Angst erklären kann ich mir allerdings auch nicht.

Demenzerkrankung – Roland (75)

Ich vergesse ganz oft Dinge, die ich mir früher merken konnte. Manchmal erkenne ich auch meine Familie und Freunde nicht mehr.

Kosten?

Die Hilfe ist kostenlos.
Wir sind Deine Stütze!

Jeden Tag von Montag bis
Freitag von morgens bis
zum Nachmittag



Gemeinsam werden wir stark und gemeinsam gehen wir auf Reise

- Wir schenken Dir unser Ohr – Du bist mit deinen Problemen nicht allein
- Wir bieten Dir Abwechslung in Deinem Leben
- Deine Liebsten brauchen Hilfe? Wir sind auch für sie da!
- Wir reden mit jedem ohne Vorurteile
- Wir haben Gruppen- und Freizeitangebote, um mit Menschen in Kontakt zu treten
- Wir unterstützen auch Dein Kind, damit es Dich besser lernt zu verstehen

Wie Du uns erreichen kannst

- Rufe uns an oder wenn es Dir leichter fällt, schreibe uns eine E-Mail
- Termine können bei Dir zu Hause stattfinden oder bei uns im SPZ Siegburg
- Du sollst Dich wohlfühlen und Du entscheidest, welchen Weg wir gemeinsam gehen
- Wir beantworten Dir jede Frage die Du hast
- Wir nehmen uns Zeit für Dich
- Wir beraten auch Deine Familie, Freunde, Nachbarn oder Kollegen, sie müssen uns nur anrufen

Wir bieten Dir viele Gruppenangebote an

Gemeinsam kochen

Gemeinsam essen

Gemeinsam spielen

Gemeinsam werken und basteln

Gemeinsam auf einen Ausflug

Gemeinsam entspannen

Schweigepflicht!

Wir reden nur mit anderen
über Dich, wenn Du das möchtest.

Kontakt und Erreichbarkeit

Sozialpsychiatrisches Zentrum

Am Turm 36a, 53721 Siegburg

Tel: 02241/93 81 91 - 0

E-Mail: spz@a-s-b.eu

Montag bis Freitag von: 9 - 17.30 Uhr

Cafézeiten:

Montag und Mittwoch von: 14 - 17.30 Uhr

Freitag von: 13 - 16.30 Uhr

Brunchzeiten:

Freitag von: 10 - 16.30 Uhr

Das Sozialpsychiatrische
Zentrum des ASB
Bonn/Rhein-Sieg/Eifel e.V.
www.a-s-b.eu

