

**Liebe Patienten,
liebe Angehörige,**

es gibt in 10 Hamburger Kliniken jetzt Peer-Begleitung:

Peer-BegleiterInnen sind - durch eigen erlebte psychische Krisen, oder durch die eines Angehörigen - Experten aus eigener Erfahrung. In einer einjährigen Fortbildung EX-IN (Experienced Involvement) bzw. bei einer Schulung des Angehörigenverbandes wurden diese Erfahrungen mit der Krise, aber auch mit dem Genesungsweg reflektiert und ein kollektives Wissen entwickelt, um anderen in Krisensituationen behilflich zu sein.

In Hamburg bieten Peer-Begleiter nun die Möglichkeit Ratsuchende bis zu einem halben Jahr zu begleiten.

Die Begleitung ist vertraulich und kostenlos, Häufigkeit und Dauer bestimmen Sie.

Die Peer-BegleiterInnen werden durch regelmäßiges Coaching und Supervision begleitet.

Die in **10 Hamburger Kliniken** angebotenen Peer-Begleitungen war Teil eines vom Bundesforschungsministerium finanzierten Projekts zur Förderung der Selbst- und Familienhilfe sowie dialogischer Behandlungskonzepte (entwickelt von Betroffenen, Angehörigen und Therapeuten) in Hamburg.

Kooperationspartner

- Experienced-Involvement Projekt EX-IN
- Kontakt u. Informationsstelle für Selbsthilfegruppen KISS
- Irre menschlich Hamburg e.V.
- Landesverband Psychiatrie-Erfahrener
- Landesverband Angehörige psychisch Kranker
- regionale Psychosoziale Arbeitsgemeinschaften
- Alle psychiatrischen Kliniken Hamburgs

*Betroffene für Betroffene
Angehörige für Angehörige*



*Sie müssen Ihren Weg
nicht ganz alleine gehen - manchmal
tut es gut zu hören, dass andere
Ähnliches erlebt haben.*

Betroffenen-Peer-Begleitung

Als Menschen mit der Erfahrung eigener seelischer Krisen unterstützen wir andere Betroffene auf ihrem Genesungsweg.

Wir haben Erfahrungen im Umgang mit Ängsten, Depressionen, Bipolaren Störungen, Psychosen, Stimmenhören, Panikattacken, Burnout, Trauma, Borderline etc.

Wir unterstützen Sie gerne, wenn Sie

- mehr Struktur im Alltag brauchen
- Unterstützung von Menschen erfahren möchten, die Ihre Situation nachvollziehen können
- Rat suchen; reden wollen
- Orientierungshilfe/Stabilität benötigen

Was bieten wir als Genesungsbegleiter

- Zuhören mit dem Hintergrund eigener Erfahrung
- Beistand in Krisensituationen
- mehr Informationen zu den vorhandenen Selbsthilfe- und Versorgungsstrukturen
- Vermittlung in Selbsthilfe

Angehörigen-Peer-Begleitung

Als Angehörigen-Peer-BegleiterInnen haben wir viele Erfahrungen im Umgang mit eigenen betroffenen Angehörigen gesammelt. Wir haben gelernt unsere Angehörigen auf dem Wege ihrer Genesung zu unterstützen und dabei gut auf uns selbst zu achten.

Was bieten wir als Angehörigen-Begleiter

- Entlastung durch Aussprache in Krisensituationen und Erfahrungsaustausch
- Wahrnehmen eigener Grenzen fördern, mehr Informationen auf Augenhöhe
- Informationen zur sozialen Situation, Perspektiven, Erkrankung, Vermittlung an geeignete Kontaktstellen

Peer-Begleitung

Albertinen Krankenhaus

Süntelstr. 11a, 22457 Hamburg
KE Akutpsychiatrische Station, EG, Raum KE42
Peer-Büro-Tel.: 040-5588 6550

Asklepios Klinik Harburg

Eißendorfer Pferdeweg 52, 21075 Hamburg
Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie
Haus 16, 2. Stock, Raum 208 (Station 162A)
Peer-Büro-Tel.: 040-1818 863404

Asklepios Klinik West – Rissen

Suurheid 20, 22559 Hamburg
Haus 3 West, 2. OG., Raum 2.1.116,
Peer-Büro-Tel.: 040-8191 2290

Asklepios Klinik West – Tagesklinik Altona

Gasstrasse 6B, 22761 Hamburg
3. Stock, Raum 3.26
Peer-Büro-Tel.: 040-39860276
Angehörigen-Tel.: 0176 28005748
Gesundheitsbegleiter.Altona@web.de

Asklepios Klinik Nord Ochsenzoll

Langenhorner Chaussee 560, 22419 Hamburg
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Haus 2, EG, Raum 17
Peer-Büro-Tel.: 040-1818 871543

Asklepios Klinik Nord – Psychiatrie

Wandsbek Jüthornstraße 71, 22043 Hamburg
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Tagesklinik, Raum E.054 (Erdgeschoss)
peerberatungwandsbek@gmail.com

Bethesda Bergedorf

Glindersweg 80, 21029 Hamburg
Haus C; 1.Stock, Raum C.2.39
Peer-Büro-Tel.: 040-72554 1239

Schön-Klinik Hamburg Eilbek

Dehnhaiide 120, 22081 Hamburg
Haus 8, 1. Stock, Raum 8 A106
Peer-Büro-Tel.: 040-2092 2914

Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf

Martinistr. 52, 20246 Hamburg
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Gebäude W37, EG - Raum 165
Peer-Büro-Tel.: 040-74105 2208

www.psychenet.de
www.ex-in-hamburg.de