



Braunschweig  
Löwenstadt



# Psychosoziale Hilfsangebote für seelisch erschütterte bzw. psychisch erkrankte Menschen in Braunschweig

Tag der offenen Tür – bei inn-tegrativ



Gemeindep-  
sychiatrisches  
Zentrum  
Braunschweig

Braunschweig, 23.10.2024

# Übersicht für heute:



- Was gibt es an psychosozialen Anlaufstellen in Braunschweig?
- Angebote des/ im Gemeindepsychiatrischen Zentrum (GPZ)
- Trialog
  
- Übersicht der verwendeten Quellen/ Links

# Was gibt es an psychosozialen Anlaufstellen in Braunschweig?



- Klinik, Rehabilitation, (psychiatrische) Instituts-Ambulanzen, ärztl. Hilfe, Psychotherapeut\*innen, psychiatrische Pflege, Ergotherapie
- **Sozialpsychiatrischer Dienst (SPDI)**: Beratungsstelle für psychisch erkrankte Menschen, Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen sowie Menschen in akuten Krisensituationen
- **Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst (KJPD)**: als Anlaufstelle zu allen Fragen rund um die seelische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen
- **KIBIS – Selbsthilfe-Kontaktstelle** für jegliche (psychischen) Erkrankungen und zu unterschiedlichen Themen: Selbsthilfe(-Gruppen)-Vermittlung und Gründung SHG
- **Seniorenbüro**: Nachbarschaftshilfe, Vorsorgevollmacht/ gesetzl. Betreuung, Versicherungsamt, Nachbarschaftszentren, Pflegestützpunkt, Freizeitgruppen
- **Ehe-, Familien- und Lebensberatung**: katholisch/ im Bistum Hildesheim, evangelisch/ Landeskirche BS
- **Integrationsfachdienst (IFD)**: Berufsbezogene Beratung für Menschen mit Behinderungen am Arbeitsplatz
- Verschiedene **Anbieter der Eingliederungshilfe** (eine Liste kann bei Bedarf zur Verfügung gestellt werden): ambulante Betreuung, Tagesstätten, Wohnheime...
- Cafe Relax (DROBS), Glashaus (AWO), Cafe „der Weg“ als Kontaktstelle (der Weg e.V.)
- Beschwerdeannahme-/ Vermittlungsstelle des Sozialpsychiatrischen Verbundes BS
- Psychosozialer Krisendienst der Stadt Braunschweig



# Psychosozialer Krisendienst der Stadt Braunschweig

Braunschweig  
Löwenstadt



## Schnelle Hilfe per Telefon am Wochenende

Freitag 15:00 – 22:00 Uhr  
Samstag 15:00 – 22:00 Uhr  
Sonn- und Feiertage 15:00 – 20:00 Uhr

unter folgender Rufnummer:

**0531 470-7777**

## Hilfe in psychischen Notlagen

Jeder Mensch kann aufgrund akuter psychischer Erkrankungen oder durch schwere Belastungen in Notsituationen kommen, in denen eine schnelle fachliche Hilfe erforderlich ist.

In Braunschweig finden Hilfesuchende kompetente Unterstützung durch ein breites Netz an psychiatrischen und psychosozialen Einrichtungen. Erfahrungsgemäß treten schwere seelische Krisen aber nicht nur zu den üblichen Öffnungszeiten auf. Auch an Wochenenden und Feiertagen kommen die Betroffenen und ihre Angehörigen oder ihre Freunde immer wieder in Situationen, in denen sie fachliche Unterstützung benötigen.

## Der Krisendienst ist die richtige Stelle für Menschen

- in psychosozialen und psychiatrischen Notlagen und in Krisensituationen,
- die suizidale Gedanken haben,
- deren ratsuchende Angehörige und Freunde.

Je zwei Fachkräfte – erfahrene Mitarbeitende aus dem psychosozialen und psychiatrischen Versorgungsbereich – leisten am Wochenende und an Feiertagen überbrückende Unterstützung im Notfall, bis wieder die reguläre Beratung und Behandlung von Fachdiensten und Praxen in Anspruch genommen werden kann.

Stationäre Unterbringungen können eingeleitet werden.

## Unterstützung in Krisen

Nennen Sie Ihren Namen, Adresse, Telefonnummer und schildern Sie den Notfall. Die Fachkräfte des Krisendienstes

- sprechen mit der oder dem Betroffenen und den Angehörigen oder dem vertrauten sozialen Umfeld,
- versuchen, die Situation zu klären, Belastungsfaktoren zu erkennen und zu entspannen,
- zeigen Unterstützung in der Notlage auf.

Grundsätzlich erfolgen die Kriseninterventionen telefonisch, bei Bedarf sind Kontakte im häuslichen Rahmen oder an einem neutralen Ort möglich.

Die Unterstützung ist kostenfrei und wird unter der geltenden Schweigepflicht und den Datenschutzbestimmungen durchgeführt.



**Psychosozialer  
Krisendienst  
Braunschweig**

**Stadt Braunschweig**  
Fachbereich Soziales und Gesundheit

## Schnelle Hilfe per Telefon am Wochenende

Freitag 15:00 – 22:00 Uhr  
Samstag 15:00 – 22:00 Uhr  
Sonn- und Feiertage 15:00 – 20:00 Uhr

**0531 470-7777**

Braunschweig  
Löwenstadt



**Psychosozialer Krisendienst  
Braunschweig**

# Was gibt es an psychosozialen Anlaufstellen in Braunschweig?



- Gerontopsychiatrische Fachberatung (Ambet)
- Berufsbezogene/ Beschäftigungsbezogene Themen: inn-tegrativ/ Berufsförderungswerk, Ausbildungswerkstatt Braunschweig e.V., CJD-Braunschweig/ Psychol. Beratungsstelle, Psychotherapeutische Beratungsstelle des STUDENTENWERKS, Beratung Lebenshilfe, Berufliches Trainingszentrum (BTZ) Braunschweig-Wolfsburg
- Beratungsstelle für Eltern in Trennungssituationen/ Alleinerziehende: bei BETA (DRK), Pro familia, Verband alleinerziehender Mütter und Väter OV BS e.V. u.v.m.
- Kinderschutzbund Ortsverband Braunschweig e. V.
- Sozialtherapeutische Einzelbetreuung (STEB), Verein für psychomotorische Entwicklungsförderung, Zentrum für integrative Lerntherapie e.V.
- Beratungsstelle für sexuelle Gesundheit: Gesundheitsamt, Braunschweiger AIDS-Hilfe e.V.
- Caritasverband Braunschweig e.V. wie Bahnhofsmission, Pro-Aktiv-Center als Jugendsozialarbeit, Allgemeine Sozialberatung, u.v.m.
- AWO Kreisverband Braunschweig e.V. wie Migrationsberatung, Sozialberatung
- Beratung zum Thema Wohnungslosenhilfe der Stadt BS/ ambulante Stadtteilläden zur Beratung zu Wohnungsthemen/ Tagestreff IGLU (Diakonie)

# Was gibt es an psychosozialen Anlaufstellen in Braunschweig?



- Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)
- Jugendberatung bib/ Jugendberatung Mondo X/ Jugend- Drogenberatung (Paritätischer)
- Suchtberatung (Lukaswerk)/ Drogenberatungsstelle (DROBS/ Paritätischer)
- Schuldnerberatung (DRK)
- Nachbarschaftszentren/ Stadtteilprojekte, Haus der Kulturen, Refugium Flüchtlingshilfe e.V./ SQUAT, VHS/ Haus der Familien, Mütterzentrum/ Mehrgenerationenhaus, welcome house, NTFN, Kaufbar (DRK) u.v.m.
- Sichtbar/ Fachzentrum gg sexualisierte Gewalt e.V., Solwodi, KlaRissa, Frauenhaus...
- Frauenberatungsstelle, [Schwangeren- und Familienberatung](#)/ Sozialdienst katholischer Frauen e.V., Beratungsstelle Achtung!Leben, u.v.m.
- Onkel Emma – das queere Zentrum e.V.
- Ehrenamtliche Aktivitäten ist in vielen Einrichtungen möglich: Freiwilligenagentur BS
- Erfahrenen begleitete Angebote wie **Peer-Beratung, offener dialogischer Treff, Austauschrunde für Angehörige, Recovery-Gruppe**: im **GPZ\***

# Das GPZ als „zentraler Anlaufpunkt für alle Fragen rund ums Thema *seelische Gesundheit*“



- **GPZ-Raum** für Gruppenangebote
- Begleitung „GPZ-Klient:innen“ – **Koordination, Vermittlung, Vernetzung**
- **Beratung** in den offenen Sprechzeiten (Mo, Mi, Fr von 10-12 Uhr und Dienstags von 14-16 Uhr und bei Bedarf)
- Treffen mit **Personen unterschiedlicher Einrichtungen zum Austausch über (gemeinsame) Angebote im GPZ**
- **Planungstreffen mit Genesungsbegleiter:innen/ Peers für GPZ-Angebote**
- **Aktionstage „Gemeinsam aus der Einsamkeit“**
- „**Woche der seelischen Gesundheit**“
- **GPZ-Internetseite**
  
- Zukünftig: **Erweiterung der Kooperationen und Angebote**





# Wie erreichen Menschen das GPZ?

Online, telefonisch, vor Ort! + Hausbesuche sind auch möglich.





# Was gibt es an psychosozialen Anlaufstellen in Braunschweig – im GPZ?



- Peer-Beratung
- Offener dialogischer Treff
- Angehörigen-Gruppe
- Recovery-Gruppe (ab dem 29.01.25 mit der Bitte um Anmeldung)
- Veranstaltungen zu unterschiedlichen Themen
  
- Und zukünftig soll es viele weitere unterschiedliche Angebote geben.

[www.braunschweig.de/gpz](http://www.braunschweig.de/gpz)

# Internetseite GPZ



Leben  
in Braunschweig

> GESUNDHEIT & SICHERHEIT > GESUNDHEITSAMT > BERATUNGSANGEBOT > SOZIALPSYCHIATRISCHER DIENST



## Digitale Angebote/ Hilfen

### 🔗 Angebote bei Einsamkeit

Die Liste „Angebote bei Einsamkeit“ bietet einen Überblick über regionalen und deutschlandweiten Angeboten gegen Einsamkeit. Sie reichen von Hilfs- und Beratungsangeboten über Modellprojekte bis zu digitalen Teilhabemöglichkeiten:

### 🔗 Digitaler Engel

Infomaterial: Diese Broschüren, Anleitungen und Tipps informieren Sie rund um Interessens. Erste Anleitungen zeigen Ihnen, wie Sie digitale Angebote sicher nutzen.

### 🔗 Die Gute Stunde

„Die Gute Stunde“ bietet vier unterschiedliche Online-Kultur-Formate an: Synchron, asynchron, interaktiv. Erfahren Sie, welches Format zu Ihnen passt! Alle Online-Veranstaltungen sind kostenfrei.

## Angebote für Menschen, die in Braunschweig Austausch

### 🔗 TRIALOG

Unsere regelmäßigen TRIALOG-Veranstaltungen richten sich an: Personen, die in Erfahrungen im psychiatrischen Hilfesystem führten. An-/Zugehörigen, die in ihr mit psychiatrischen Erkrankungen und deren Behandlungen gemacht haben. Me beruflich mit der Begleitung und Behandlung psychiatrischer Krisen zu tun haben.

<https://www.braunschweig.de/gpz>

**Schauen Sie gerne mal auf die Internetseite des GPZs!  
Und melden Sie sich auch, wenn Sie den GPZ-Newsletter zugesandt haben wollen!**

- 🔗 **KIBIS**  
KIBIS ist die Kontaktstelle für Selbsthilfe in Braunschweig. KIBIS bedeutet Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich.
- 🔗 **Freizeitkompass Braunschweig**  
Freizeitkompass für Braunschweig mit Kulturinitiativen, Vereine, Projekte und vieles mehr
- 🔗 **Ex-In-Ausbildung**  
Anlaufstelle für Menschen, die sich für die Ex-In-Ausbildung (=Experten- oder Volunteer-Kurs) in Niedersachsen interessieren und als Multiplikatoren für ausgebildete Genesungsbegleiter\*innen.
- 🔗 **Angehörigen-Selbsthilfe Braunschweig**  
Informationen zur Angehörigen-Selbsthilfegruppe psychisch erkrankter Menschen.
- 🔗 **Kultur-Anschluss // kostenlose Kultur-/Veranstaltungen für Menschen mit geringem oder keinem Einkommen**  
Hier sind Sie herzlich willkommen, wenn Sie sich für Kultur-/Sportveranstaltungen interessieren, aber Sie diese nicht leisten oder diese nicht alleine besuchen können. Es gibt eine kostenlose Karte für Sie und Sie bekommen eine kostenlose Begleitung zu der Veranstaltungen. Nur den Hin- und Rückweg müssten Sie selbstständig bewältigen.

### Onlinehilfen

- 🔗 **MUT-ATLAS**  
Viele Hilfen lassen sich im MUT-ATLAS finden.
- 🔗 **ifightdepression**  
Was Sie über die Erkrankung Depression wissen sollten. Wenn Sie glauben, an einer Depression erkrankt zu sein, suchen Sie sich passende Hilfe. Hier finden Sie dazu einigen Informationen.
- 🔗 **Deutsche Depressionshilfe**  
An dieser Stelle werden Ratgeber-Bücher vorgestellt, die einen guten und verständlichen Einblick in die Krankheit Depression geben.

# Was bedeutet TRIALOG?



## „TRIALOG“ bedeutet...

- zu akzeptieren und schätzen zu lernen, dass jeder Mensch – mit oder ohne Psychiatrie-Erfahrung – über **eigene Wahrheiten, Lebens-Wege und Erfahrungen** verfügt.
- alle Beteiligten zu **ermutigen**, ihren manchmal eigensinnigen oder unkonventionellen **Lebensweg selbst(-)bestimmt** zu gehen.
- sich **an die Seite** von Menschen zu stellen, die in unserer Gesellschaft ausgegrenzt, **stigmatisiert** oder **benachteiligt** werden.
- Sensibilität für das **subjektive Empfinden anderer** zu entwickeln.
- ein **gemeinsames Verständnis** von psychischen Beeinträchtigungen und von seelischen **Krisen** zu entwickeln.
- **Perspektiven zur Stärkung und Genesung aller** zu entwickeln.
- wechselseitige **Zuschreibungen, Vorurteile und Berührungsängste** abzubauen und einen **gleichberechtigten Austausch** miteinander zu ermöglichen.



# Was ist ein „TRIALOG“?

Aktuelle Termine ab dem 7.11.2024 sind zu finden auf: <http://trialog-bs.de/termine-themen-aktuelles>



Die TRIALOG-Veranstaltungen richten sich an:

- „Personen, die in ihrem Leben seelische Krisen erlebt haben, die zu Erfahrungen im (psychiatrischen) Hilfesystem führten.
- An-/Zugehörigen, die in ihren Familien und/ oder Freundeskreisen Erfahrungen mit psychiatrischen Erkrankungen und deren Behandlungen gemacht haben.
- Menschen, die in unterschiedlichen Zusammenhängen beruflich mit der Begleitung und Behandlung psychiatrischer Krisen zu tun haben.“

# Was ist „trialogisches“ Arbeiten bzw. ein TRIALOG?

Aktuelle Termine ab dem 7.11.2024 sind zu finden auf: <http://dialog-bs.de/termine-themen-aktuelles>



„Trialogisches Arbeiten“ bedeutet eine Zusammenarbeit zwischen

- Menschen mit psychischen Erkrankungen,
- ihren An-/ Zugehörigen und
- den Fachleuten im Bereich der Psychiatrie.

Ziel ist es, einen Raum zu schaffen, in dem **Erfahrungen, Meinungen und Perspektiven ausgetauscht werden können**, um gemeinsam an einer **besseren psychischen Gesundheit** für alle zu arbeiten.



## Psychiatrie-Forum Braunschweig

Das Forum ist ein Erfahrungsaustausch zwischen Menschen, die in ihrem Leben Psychiatrie als Patienten erlebt haben, Angehörigen psychisch erkrankter Menschen, Mitarbeiter\*innen unterschiedlicher psychiatrischer Institutionen und interessierten Braunschweiger Bürgern.

Die trialogische Vorbereitungsgruppe lädt herzlich ein, an den Abenden miteinander ins Gespräch zu kommen.

**Donnerstag, 07.11.2024, 19.00 – 20.30 Uhr**

### Wenn das Leben zu kippen droht...

Über Erfahrungen mit seelischen Krisen und Krisenbegleitung

Moderation: Mitarbeitende des Vereins „Der Weg“

Ort: Volkshochschule Braunschweig, Alte Waage 15, 38100 Braunschweig  
Erreichbar mit: Straßenbahnlinie 4, Haltestelle „Alte Waage“

**Donnerstag, 21.11.2024, 19.00 – 20.30 Uhr**

### Die unsichtbare Last

Wege zu einem erfüllten Leben mit psychischer Erkrankung – ein Erfahrungsbericht

Lesung mit der Autorin und Genesungsbegleiterin Vera König

Ort: Café „Der Weg“, Helmstedter Straße 167, 38102 Braunschweig

**Donnerstag, 28.11.2024, 19.00 – 20.30 Uhr**

### Psychopharmaka: Schnelle Hilfen? Fluch oder Segen?

Über Erfahrungen mit Medikamenten-Behandlungen

Moderation: Psychiatrie erkrankte Menschen und Genesungsbegleitende

Ort: Volkshochschule Braunschweig, Alte Waage 15, 38100 Braunschweig  
Erreichbar mit: Straßenbahnlinie 4, Haltestelle „Alte Waage“

**Donnerstag, 05.12.2024, 19.00 – 20.30 Uhr**

### Aus meinem Leben verschwunden...

Beziehungsabbrüche in Freundschaften und Familien mit psychischen Erkrankungen

Moderation: Mitglieder der Selbsthilfegruppe Angehöriger psychisch erkrankter Menschen

Ort: Volkshochschule Braunschweig, Alte Waage 15, 38100 Braunschweig  
Erreichbar mit: Straßenbahnlinie 4, Haltestelle „Alte Waage“

Alle halbe Jahre findet dieser seit  
vielen Jahren zu unterschiedlichen  
Themen statt!!!







Braunschweig  
Löwenstadt



# Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!



Gemeindepсихиатришес  
Zentrum  
Braunschweig

Erstellt:

Stand: Oktober 2024

**Stadt Braunschweig**  
Fachbereich Soziales und Gesundheit  
Abt. Gesundheitsamt  
Hamburger Straße 226  
38114 Braunschweig  
Tel.: 0531 470-7243  
Fax: 0531 470-7001

## Vision/ Ausrichtung

- Das GPZ Braunschweig bietet - neben der bereits vorhandenen Vielfalt der Versorgung – eine zusätzliche **Anlaufstelle für psychisch (komplex) erkrankte Menschen und deren Bezugspersonen**, um **niedrigschwellig, multiprofessionell, ambulant** und **zeitnah** die individuell benötigten Hilfeleistungen, auch parallel und aus verschiedenen Bereichen, erhalten zu können.
- Dabei stehen das aktuelle Bedürfnis und die Wünsche der Klient:innen im Vordergrund, ihr privates und professionelles Umfeld wird möglichst früh einbezogen.
- Ziel ist es, durch **frühzeitige und passende Interventionen** dazu beizutragen, dass die betroffenen Menschen ihr Leben in ihrem **vertrauten Umfeld eigenständig** gestalten können (ambulant vor stationär).
- Alle im GPZ tätigen Personen arbeiten nach den **Prinzipien der Transparenz, der Augenhöhe** sowie der **Anerkennung der Würde und Freiheit jedes Einzelnen**.
- Das **GPZ ist trialogisch aufgebaut und gesteuert** und könnte sich perspektivisch methodisch z. B. am „*open-dialogue-Konzept*“ orientieren.



## Ziele aus der Modellphase und in der „Verstetigung“ bleiben bestehen:

- **Vermittlung, und Koordinierung** zur Förderung einer intensiveren **Inanspruchnahme des ambulanten Behandlungs- und psychosozialen Unterstützungssystems**  
= die GPZ-Koordination als „Dienstleistung“ für alle Beteiligten
- **Als individuelle, multiprofessionelle, zeitnahe, ambulante Unterstützung** (auch zu Hause) - für Braunschweiger Bürger\*innen (diese Form bezieht sich nur auf Menschen, welche über einen längeren Zeitraum, Krankheitssymptome aufweisen, und eingeschränkt sind in Bezug auf Aktivitäten des täglichen Lebens und auf das soziale Funktionsniveau - siehe GAF-Skala und GPZ-Checkliste/ Kriterien)
- GPZ als zusammenfassende, integrative kommunale Einheit, die **Vernetzung bestehender Versorgungsstrukturen und Angebote** im Rahmen der kommunalen „Daseinsfürsorge“ untereinander durch gebündelte Ressourcen, kürzere Wege, engmaschigere Betreuungsmöglichkeiten, Optimierung der Schnittstellen, u.v.m. leistet.
- **weniger Drehtürklient:innen, weniger Zwang, weniger Beeinträchtigungen und**
- **mehr Lebensqualität, Wohlbefinden und Zufriedenheit**



# Ziele aus der Modellphase und in der „Verstetigung“ bleiben bestehen:

## Aber werden auch durch weitere Ziele ergänzt:



- **Entstigmatisierung** von Menschen mit psychischen Erkrankungen
- **Förderung der Partizipation/ Teilhabe**
- **Ausbau von Angeboten**, die sonst die existierenden Angebote nicht nutzen (können) oder die die existierenden Angebote in Braunschweig nicht ausreichend erreichen
- höhere **Arbeitszufriedenheit von Fachpersonal** durch Verteilung komplexer Fälle auf mehrere Schultern/ Anbieter
- transparente **Übersicht über stadtweite Angebote - für alle Bürger:innen**

## Übersicht der verwendeten Quellen/ Links

→ Beratung in Braunschweig bei Depression:

<http://www.netzwerk-depression-braunschweig.de/>

→ zu bestimmten Themen werden Beratungsangebote dargestellt über diesen Link:

[https://www.braunschweig.de/leben/senioren/04\\_beratung/beratung.php](https://www.braunschweig.de/leben/senioren/04_beratung/beratung.php)

→ Überblick über die Anbieter von Präventions-, Beratungs- und anderen Hilfsangeboten:

<https://www.braunschweig-hilft.de/>

→ Online-Übersichtskarte der Hilfs- und Präventionsangebote im Bereich der psychischen Gesundheit: <https://www.mut-atlas.de>

→ Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e.V.

<https://www.dajeb.de/beratungsfuehrer-online/beratung-in-ihrer-naehe>

→ Broschüre über Anlaufstelle für psychisch erkrankte Menschen in Braunschweig

[https://www.braunschweig.de/leben/frauen/hilfe/psychisch\\_krank\\_-\\_was\\_nun\\_2015.pdf](https://www.braunschweig.de/leben/frauen/hilfe/psychisch_krank_-_was_nun_2015.pdf)