

Wer wir sind

Die Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg gGmbH unterstützt Menschen mit einer psychischen Erkrankung in der Region Bonn-Rhein-Sieg bei der Entwicklung und Erhaltung einer selbstständigen und selbstbestimmten Lebensweise.

Die Mutter des Unternehmensverbundes ist die Stiftung Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg. Sie macht sich stark für die Akzeptanz psychisch erkrankter Menschen und „baut Brücken“ für deren gesellschaftliche Teilhabe in den Lebensbereichen Wohnen, Arbeit und Tagesstruktur.

Mit unserem umfassenden gemeindepsychiatrischen Leistungsspektrum beraten, begleiten und vermitteln wir pro Jahr derzeit über 2.000 Menschen.

So erreichen Sie uns

Wir beraten Sie gerne und geben Ihnen erste Informationen zu diesem Angebot.

Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg gGmbH
Eifelstraße 9–11 | 53119 Bonn

Koordination

Tanja Störtenbecker

0151 16727808 | stoertenbecker@gemeindepsychiatrie.de

Marcel Thebach

01520 9773346 | thebach@gemeindepsychiatrie.de



MIT DER STADTBAHN

Linien 16, 18, 63, 68 | Haltestelle: Bonn West



MIT DEM BUS

Linie 602 | Haltestelle: Eifelstraße

Linien 604 und 605 |

Haltestelle: An den Markthallen (nur stadteinwärts)



Peer-Beratung



Stand: 01/2024 | Artikelnr.: 022



Unser Angebot

für psychisch erkrankte Menschen / Betroffene

► **Beratung:** wunschgemäß als

Einzel Beratung	Tandem Beratung	Trialogische Beratung
Betroffener + Peer-Berater	Betroffener + Peer-Berater + Fachkraft	Betroffener + Peer-Berater + Angehörige/Freunde/Arzt/...

Wir schöpfen aus einem großen Pool an Strategien und Möglichkeiten, die bereits anderen Erkrankten in und aus der Krise geholfen haben. Dieses Erfahrungswissen teilen wir gerne.

Wir wollen Mut machen für ein selbstbestimmtes Leben trotz und mit psychischer Erkrankung und setzen uns daher besonders ein für die

► **Hilfe zur Selbsthilfe z.B.**

- im Umgang mit dem Gesundheitssystem: Arztbesuche, Klinikaufenthalte und Zeit danach, Medikamente/Nebenwirkungen, Therapien, ...
- Informationen zu psychischen Krankheitsbildern
- Strategien um den Alltag zu bewältigen: Umgang mit Ängsten und Panikattacken, Schlaf, Frühwarnzeichen, Tagesstruktur, Bewegung, ...
- genesungsförderndes Handeln entdecken z.B. Selbstfürsorge, Selbstwirksamkeit
- Gestaltung von Freizeit mit/ohne soziale Kontakte
- Möglichkeiten aber auch eigene Grenzen erkennen
- eigene Ziele setzen und schrittweise erreichen

► **Begleitung**

- auf dem persönlichen Genesungsweg
- bei der Wahrnehmung persönlicher Interessen
- zu Terminen, z.B. Arzt, Amt/Behörde,...

► **Vermittlung**

- in weiterführende Hilfsangebote (intern/extern)

für Angehörige / Freunde von Betroffenen

- über Krankheitsbilder informieren
- gegenseitiges Verständnis zwischen Angehörigen und Betroffenen aufbauen
- Möglichkeiten und Grenzen im Umgang mit Betroffenen erarbeiten

für Fachkräfte (intern/extern)

- eine zusätzliche Perspektive als Bereicherung für die Arbeitsbeziehung zu Klienten erfahren
- Unterstützung bei Fallbesprechungen
- Mitarbeit bei Angeboten für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte (intern/extern)

► **Weitere Arbeitsfelder der Peer-Arbeit:**

- Informationsveranstaltungen zu psych. Krankheitsbildern (intern/extern)
- Gruppenangebote zum Thema „Seelische Gesundheit“ (intern/extern)
- Mitarbeit in Gremien, Arbeitsgemeinschaften und Netzwerkveranstaltungen (intern/extern)
- Mitarbeit im Qualitätsmanagement, bei Beschwerden und Zufriedenheitsabfragen



Was bedeutet Peer-Beratung?

Peer ist ein englischer Begriff für „Gleichgestellte/r“.

Peer-Beratung bedeutet:

Kommunikation unter Gleichgestellten oder Betroffene beraten Betroffene.

In der Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg sind alle Peers Psychiatrie- und Krisen-Erfahrene, die sich innerhalb einer europaweit anerkannten Ausbildung intensiv und kritisch mit ihrer persönlichen und anderen psychischen Erkrankungen auseinandergesetzt haben und einen individuellen Genesungsweg gegangen sind.

Unsere Berufsbezeichnung ist „EX-IN-Genesungsbegleiter“.

Das kommt von experienced involvement, d.h. Einbeziehung von Erfahrungswissen in sozialpsychiatrische Arbeit.

Als „ExpertInnen durch Erfahrung“ bringen wir einen neuen, zusätzlichen Blickwinkel in das bestehende psychiatrische Hilfesystem.

Peer-Berater füllen die Lücke zwischen persönlicher Erfahrung einer psychischen Erkrankung und professionellem, erlerntem Fachwissen.

Wir **beraten** auf unserer Erfahrungsgrundlage, **vermitteln** aber auch gerne den Kontakt in weiterführende Hilfsangebote.

Wir agieren als Übersetzer, Interessenvertreter und Vermittler zwischen Betroffenen und all denen, die den individuellen Genesungsweg begleiten und unterstützen.