

## 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*

evangelisches Krankenhaus  
Alsterdorf

SCHÖN  
KLINIK  
Hamburg Eilbek

BETHESDA  
KRANKENHAUS  
BERGEDORF

Albertinen-Krankenhaus  
albertinen  
in besten Händen

KISS  
HAMBURG



familien selbsthilfe  
psychiatrie  
Landesverband der  
Angehörigen psychisch  
Kranker Hamburg e.V.

EX - IN  
Hamburg

Landesverband Psychiatrie-Erfahrener  
LPE e.V. Hamburg

ASKLEPIOS  
Gemeinsam für Gesundheit

Hamburg  
Irre menschlich

Universitätsklinikum  
Hamburg-Eppendorf



*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

### **Evangelisches Krankenhaus Alsterdorf**

Psychiatrisch-psychotherapeutische Ambulanz  
Alsterdorfer Markt 8, 22297 Hamburg  
2. Etage, Raum 2.11  
Peer-Büro-Tel.: 040-50773362

### **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](http://www.psychenet.de)  
[www.ex-in-hamburg.de](http://www.ex-in-hamburg.de)