

## Wir helfen professionell und persönlich

Was Sie noch wissen sollten

- Die Beratung ist kostenfrei, für eine Spende sind wir dankbar.
- Wir unterliegen der Schweigepflicht, das bedeutet, alles, was Sie mit uns besprechen, ist vertraulich. Sie können sich auch anonym an uns wenden.
- Jeder kann sich unabhängig von der Religionszugehörigkeit an uns wenden.
- Auf Ihren Wunsch hin arbeiten wir mit Angehörigen, Ärzten, Kliniken, sozialen Diensten und Behörden zusammen.

Wir sind gefördert durch den Bezirk Oberbayern und Spendenmittel

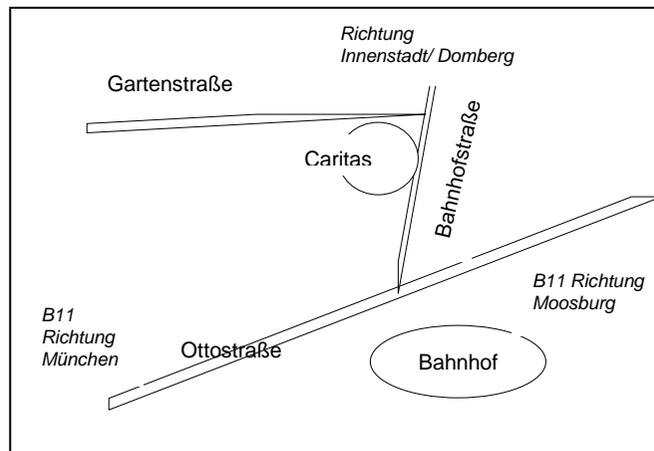
Wir freuen uns über Spenden!

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE57 7002 0500 8850 0007 07

BIC: BFSWDE33MUE

Bitte als Verwendungszweck angeben:  
KST 423910



### Hier erreichen Sie uns

Caritas-Zentrum Freising - SpDi  
Beratungsstelle für psychische Gesundheit  
Bahnhofstr. 20  
85354 Freising

Telefon: 08161 5387950

E-Mail: [spdi-freising@caritasmuenchen.de](mailto:spdi-freising@caritasmuenchen.de)

### Öffnungszeiten

Mo - Do 9:00 - 12:30 Uhr, 14:00 - 16:00 Uhr  
Fr 9:00 - 13:00 Uhr  
sowie Termine nach Vereinbarung

Wir bieten Außensprechstunden in Moosburg und Hallbergmoos an. Bitte melden Sie sich dafür in Freising unter obiger Nummer an.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.caritasfreising.de](http://www.caritasfreising.de)



Illustration: M. Breu | Stand: 02.17

Unser Angebot für Erwachsene, die Unterstützung bei psychischen Problemen suchen



**Beratungsstelle für psychische Gesundheit**

Sozialpsychiatrische Dienste - SpDi  
Caritas-Zentrum Freising

## **Wir sind da, wenn**

- Sie mit seelischen Störungen und Belastungen zu kämpfen haben
- Sie das Gefühl haben, den Anforderungen des Lebens zunehmend nicht gewachsen zu sein und wenn Sie in einer schwierigen Lebenssituation Unterstützung und Rat suchen
- Ihnen das Leben sinn- und wertlos erscheint oder Sie merken, dass persönliche Kontakte weniger werden und es Ihnen schwerfällt sie aufrecht zu erhalten
- Sie Informationen über psychische Erkrankungen suchen oder sich um das Wohlbefinden eines nahestehenden Menschen Sorgen machen

## **Wir bieten**

Unterstützung im Umgang mit der psychischen Erkrankung an, als

- Einzelberatung und -begleitung
- Angehörigenberatung
- Familien- und Partnergespräche
- Gruppenangebote
- Krisenintervention
- Haus- und Klinikbesuche
- Nachsorge im Anschluss an Ihren Klinikaufenthalt
- Hilfen im Umgang mit Behörden
- Vermittlung an weiterführende Stellen
- kollegiale Fachberatung
- Fachvorträge und Öffentlichkeitsarbeit

## **Wir sind ein Team von**

Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit psychologischer und sozialpädagogischer Ausbildung, sowie therapeutischen Zusatzqualifikationen

## **Unser Angebot richtet sich an**

- alle Betroffenen, Bekannten, Nachbarn und Angehörigen mit aktuellen Fragestellungen
- diejenigen, die präventiv etwas für Ihre psychische Gesundheit tun wollen

Jeder kann sich ohne große Formalitäten an uns wenden.

Gerne auch online unter aufgeführtem QR Code



*„Jede Veränderung beginnt mit dem ersten Schritt.“*