



GENESUNGS- BEGLEITUNG

Psychosoziale Kontakt- und
Beratungsstelle Dresden

Diakonie 
Dresden

Für Menschen mit Depressionen und sozialen Ängsten

EINZELBERATUNG

Die Einzelberatung gibt Ihnen Zeit und Raum für Ihre persönlichen Fragen und Anliegen während oder nach einer Krisenerfahrung. Der Berater verfügt über eigene Depressions-, Angst- und Genesungserfahrungen.

Wir beraten, begleiten und unterstützen Sie:

- beim Übergang vom stationären Aufenthalt nach Hause
- in Ihrem Genesungsprozess
- individuelle Strategien zur Krankheitsbewältigung zu finden
- beim Erhalt / Aufbau sozialer Kontakte
- bei der Bewältigung von Verlusterfahrungen
- bei der Suche nach passenden Hilfsangeboten

GENESUNGSGRUPPE (RECOVERY)

Außerdem bieten wir Ihnen eine Genesungsgruppe (Recovery) zu den Themen Wiedererstarben und Genesung an. Eingeladen sind depressionserfahrene Frauen und Männer.

Zielsetzung:

Die Teilnehmer:innen werden während bzw. nach ihrer Depressionserfahrung begleitet, um (wieder) Selbstbestimmung, Sinn und Lebensfreude zu entdecken. Dabei sollen Bewältigungsstrategien entwickelt und erlernt werden, um den eigenen Wahrnehmungen (wieder) zu vertrauen.

Gern können Sie mit uns telefonisch einen Termin für eine Beratung vereinbaren, unter (0351) 20 63 269 (mit Anrufbeantworter) immer montags von 15:30 bis 16:30 Uhr sowie per E-Mail.

Die Beratungen sind vertraulich und kostenfrei.

Diakonisches Werk - Stadtmission Dresden gGmbH

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle Dresden

Alaunstraße 84 (Hinterhaus), 01099 Dresden

T (0351) 20 63 269, F (0351) 20 63 270

E-Mail: pskb.genesung@diakonie-dresden.de

SACHSEN



Die Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresdner

Gefördert durch die

**AKTION
MENSCH**