

# Psychische Erkrankungen

**Immer mehr Menschen sind betroffen!**

Liebe Leserinnen und Leser,

„Hallo, wie geht's?“ lautet die Begrüßung im kontaktfreudigen Alltag. Immer häufiger heißt die Antwort: „Nicht so gut“.

Unsicherheit, Angst und Einsamkeit treten gesellschaftsübergreifend als Reaktion auf die steigende Komplexität des Lebens und den Druck des Alltags auf. Dabei sind die Grenzen zu schwerwiegenden Formen von Besorgtheit, etwa depressivem Verhalten, krankhaftem Misstrauen und Angststörungen fließend. Wer schon vor Corona psychisch belastet war, erlebt in der Pandemie, angetrieben durch sozialen Rückzug, finanzielle Einbußen oder die Sorge um den Arbeitsplatz, eine Verstärkung der Symptomatik. Vielfach betroffen sind chronisch erkrankte Menschen, Beschäftigte im Gesundheitswesen sowie Alleinstehende. Auffallend ist auch, dass zunehmend junge Menschen psychisch erkranken.

Grundsätzlich gilt: Je belasteter die biografische oder sozioökonomische Ausgangssituation einer Person ist, desto weniger ausgeprägt sind ihre Selbstheilungskräfte. Je früher die Intervention durch ein Helfersystem greift, desto höher ist die Chance, seelische Belastungen aufzufangen und gut zu bewältigen. Die meisten Betroffenen benötigen zügige und ortsnahe professionelle psychische Betreuung.

Als ausdrücklich niedrigschwelliges Beratungsangebot werden die Sozialpsychiatrischen Dienste der Caritas immer häufiger aufgesucht. Da es zunehmend schwieriger wird, zeitnah einen Therapieplatz zu bekommen, fungieren sie immer mehr als Überbrückung während der durchschnittlichen Wartezeit von einem halben Jahr auf eine Therapie.

Um den steigenden Bedarf, auch durch die Folgen der Corona-Pandemie, zu kompensieren, müssen die Anzahl der ambulanten Therapieplätze dringend erhöht und die Wartezeiten deutlich verkürzt werden. Auch braucht es für psychische Krisen mehr niederschwellige Angebote. Die Politik sollte hierfür die nötigen Rahmenbedingungen schaffen. Aber auch die Multiplikatoren im Landkreis sind gefragt: Kommunen, Schulen und Pfarreien können weiterhin dafür sensibilisieren, dass jede anhaltende seelische Belastung Beachtung und fachliche Zuwendung verdient – für mehr Lebensqualität und ein besseres Miteinander.

Ihre Heidi Schaitl  
Kreisgeschäftsführung



**Hier finden Sie Hilfe!**



- > Beratungsstelle für psychische Gesundheit
- > Tagesstätte „ProBe“
- > Betreutes Einzelwohnen und Therapeutische Wohngemeinschaft
- > Gebrauchtwarenmarkt „Halle“

Telefon: (0 8131) 2 98-14 00

[www.caritas-dachau.de](http://www.caritas-dachau.de)



^ Ursula Hannemann von der Beratungsstelle für psychische Gesundheit

Anna Schmidt\* sucht seit 2001 die Beratungsstelle für psychische Gesundheit der Caritas Dachau auf und nimmt seit 2002 regelmäßig die Angebote in der Tagesstätte „ProBe“ wahr. In diesem Interview mit der Sozialpädagogin Karin Mayer erzählt Frau Schmidt, wie sie in Kontakt zum Sozialpsychiatrischen Dienst in Dachau kam.

## Menschen mit psychischen Problemen brauchen Verständnis, Halt und Struktur

Warum haben Sie sich 2001 an den SPDI gewandt?

„Ich bin damals nicht mehr aus dem Haus gegangen – auch durch eine schwierige Situation mit meinem Ehemann. Mein Therapeut hat mir geraten, mir Unterstützung und eine Beschäftigung für mich zu suchen. In der Dachauer Rundschau habe ich dann die Angebote der Tagesstätte für psychisch erkrankte Menschen gefunden.“

Sie haben mehrere Bereiche des SPDI kennengelernt, wie konnte Ihnen hier weitergeholfen werden?

„Ich nahm etwa anderthalb Jahre in der Tagesstätte an der Theatergruppe teil. Im Gebrauchtwarenmarkt der Caritas, der „Halle“ in Dachau Ost, fand ich eine Be-

schäftigung. Das ist ein Projekt, in dem gespendete Waren wie Kleidung, Spiele, Bücher, Hausrat, Möbel, Bilder, Schmuck und andere Kunst verkauft werden. Hier wurde ich gebraucht und die Zusammenarbeit hat Spaß gemacht. Ich konnte jeden Tag sehen, dass meine Arbeit wichtig ist und ich wurde sehr wertgeschätzt. In der ersten Zeit half ich beim Einräumen der Waren und danach arbeitete ich im öffentlichen Verkauf. Hier habe ich lange überlegt, ob ich hier richtig bin. Aber durch die Preisverhandlungen im Verkauf des Gebrauchtwarenmarktes habe ich nach langer Zeit gelernt „Nein“ zu sagen, mich an Gesprächen zu beteiligen und meine Meinung zu äußern. Bei Problemen hatte ich die Möglichkeit, diese anzubringen und eigene Ideen konnte ich auch umsetzen.



^ Karin Mayer vom Gebrauchtwarenmarkt „Die Halle“

Hier unterstützt mich im Gebrauchtwarenmarkt meine langjährige Betreuerin Frau Mayer.“

Wie geht es Ihnen heute?

„Seit 2001 komme ich nun alle paar Wochen, je nach Bedarf in die Beratungsstelle zu Frau Hannemann. Heute bin ich so stabil, dass ich mein Leben wieder gut selber bewältigen kann. Bei der Caritas finde ich immer Ansprechpartner, an die ich mich wenden kann.“

\* Name zum Schutz der Betroffenen geändert

# Was bietet der Sozialpsychiatrische Dienst der Caritas für die Bürger/-innen im Landkreis in Dachau?

Schwerpunkte des Sozialpsychiatrischen Dienstes sind Angebote zur Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Belastungen, insbesondere Beratungsarbeit, nachgehende und aufsuchende Angebote, Gruppenangebote, Freizeitaktivitäten, individuelle Vermittlung und Koordination von verschiedenen Hilfsangeboten. Gleichzeitig legen wir großen Wert auf eine enge Zusammenarbeit und Vernetzung mit den anderen regionalen Anbietern.

Unsere Zielgruppe umfasst erwachsene Menschen mit seelischen Problemen, psychischen Erkrankungen oder Menschen in schwierigen bzw. krisenhaften Lebenssituationen sowie deren soziales Umfeld. Der Sozialpsychiatrische Dienst bietet Hilfen und Informationen für die verschiedenen Phasen und Fragen des Krankheitsverlaufs.

Die Unterstützung der Angehörigen ist uns dabei besonders wichtig. Die den Angehörigen psychisch kranker Menschen auferlegte Verantwortung ist im Rahmen der Psychiatriereform aufgrund der verkürzten psychiatrischen Krankenhausbehandlungszeiten und der Gewichtung ambulant vor stationär immer mehr gewachsen. Mehr als die Hälfte aller psychisch kranken Menschen leben heute in ihrer Familie. Aufgrund dessen ist die Zusammenarbeit mit den Angehörigen eine der zentralen Aufgaben des Dienstes.

Der Sozialpsychiatrische Dienst ist längst nicht mehr nur ergänzender, sondern vielmehr eigenständiger und unverzichtbarer Bestandteil einer differenzierten und bedarfsorientierten psychiatrischen Versorgung sowie Koordinationspunkt im Versorgungsnetz. Die gebotene Niederschwelligkeit, die Kostenfreiheit der Angebote, die Möglichkeit der Anonymität und ganz besonders die vornehmlich psychosoziale Ausrichtung des Hilfsangebotes stellen für Betroffene eine notwendige Alternative zur medizinisch-psychothera-

peutischen Versorgung dar. Das unbürokratische und schnell verfügbare Angebot einer unterstützenden Beziehung bei verschiedensten Problemlagen, mit den Elementen Zeit, Betreuungskontinuität und menschliche Zuwendung, ist dabei das wesentliche Charakteristikum der Sozialpsychiatrischen Dienste. Gerade durch den Grundsatz der Niederschwelligkeit werden häufig Menschen erreicht, die ansonsten durch die „Maschen“ des ambulanten kassenärztlichen Versorgungssystems fallen würden.

Neben der Beratung von psychisch- und suchtkranken Menschen und deren Angehörigen bietet der Sozialpsychiatrische Dienst auch vielfältige Unterstützung im gerontopsychiatrischen Bereich an.

Im Betreuten Wohnen stehen unserer Klientel eine Therapeutische Wohngemeinschaft, 42 Plätze im Betreuten Einzelwohnen im psychiatrischen Bereich sowie 24 Plätze im Suchtbereich zur Verfügung.

Unsere Tagestätte „ProBe“ bietet Menschen mit psychischen Erkrankungen vielfältige Kontakt- und Freizeitangebote sowohl in Dachau und als auch in Markt Indersdorf an. Daran angebunden ist unser Gebrauchtwarenmarkt „die Halle“ in Dachau-Ost, ein Beschäftigungsprojekt für Menschen mit einer psychischen Erkrankung, das wir Ihnen hier näher vorstellen wollen. Ziele der hier Beschäftigten sind unter anderem der Auf- bzw. Ausbau von Basiskompetenzen, wie Pünktlichkeit, Verlässlichkeit, Konzentrationsfähigkeit sowie der Aufbau und Erhalt der Arbeitsfähigkeit. Des Weiteren geht es um die psychische Stabilisierung, um Psychiatrieaufenthalte zu verhindern oder zumindest zu verkürzen. Die Anleitung erfolgt durch hauptamtliche Mitarbeiter/-innen der Caritas aus verschiedenen Berufsgruppen (Soziale Arbeit, Heilerziehungspflege, Ergotherapie) unterstützt durch BFD-Kräfte und Ehrenamtliche.



Es werden gebrauchte Waren aus den Bereichen Kleidung, Spiele, Bücher, Hausrat und Möbel bis hin zu Bildern, Schmuck und Kunst verkauft. Es handelt sich dabei alles um Spenden, die nach einer telefonischen Terminvereinbarung abgegeben werden können. Auf einer Fläche von 700 m<sup>2</sup> werden die Waren von Montag bis Freitag sortiert und aufbereitet. Jeden Mittwoch findet dann der öffentliche Verkauf statt. Viele der Kunden/-innen verbringen gerne regelmäßig Zeit bei uns und freuen sich über die Vielfalt des Angebotes. Vom Ersatzdeckel für die Kaffeekanne bis hin zu einer Brezenschneidemaschine kann man alles finden. Durch die Wiederverwertung der gebrauchten Waren wird dem Nachhaltigkeitsgedanken Rechnung getragen und so kommt es zu einer Win-Win-Win Situation für Spender/-innen, Käufer/-innen und dem Beschäftigungsprojekt.

**Wir würden uns sehr freuen, Sie bei uns in der „Halle“ begrüßen zu dürfen (Am Hörhammermoos 12, 85221 Dachau, Tel.: (0 81 31) 27 78 45. Einige unserer Waren können auch auf facebook vorab besichtigt werden: [www.facebook.com/groups/diehalledachau](https://www.facebook.com/groups/diehalledachau)**

Finanziert werden die Angebote vom Bezirk Oberbayern, von der Erzdiözese München-Freising, aus Spenden und Einnahmen aus dem Gebrauchtwarenmarkt „die Halle“.



## Leben im Alter

### Ambulante Pflege

Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1600  
sozialstation-dah@caritasmuenchen.de

### Beratungsstelle für psychische Gesundheit im Alter

- Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1400
- Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
spdidah-geronto@caritasmuenchen.de

Koordinationsstelle Seniorendienste  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1400  
seniorendienste-dah@caritasmuenchen.de

Treffpunkt 50+  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1150  
treffpunkt50+@caritasmuenchen.de

Fachstelle für Pflegenden Angehörige  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1400  
fpa-dachau@caritasmuenchen.de

Helferkreis Senioren- und Demenzbegleiter  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1400  
Inge.Hasselbrink@caritasmuenchen.de

Betreutes Wohnen in Markt Indersdorf  
Marktgasse 10, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 90 30  
seniorendienste-dah@caritasmuenchen.de

Altenheim Marienstift Dachau  
Schillerstraße 40, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 5 69 20  
ahdachau@caritasmuenchen.de

Altenheim St. Josef Karlsfeld  
Sommerstraße 18, 85757 Karlsfeld  
Telefon: (0 81 31) 3 83 20  
ahkarlsfeld@caritasmuenchen.de

## Kinder, Jugendliche und Familien

Jugend- und Elternberatung  
• Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1500  
• Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
eb-dah@caritasmuenchen.de

Fachdienst Kindertageseinrichtungen  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1050  
kitas-dachau@caritasmuenchen.de

Kindergarten Arche Noah  
Leinorstraße 17, 85757 Karlsfeld  
Telefon: (0 81 31) 9 11 11  
kiga.arche-noah@caritasmuenchen.de

Kindergarten Nazareth  
Ludwig-Thoma-Straße 16, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 73 65 75  
kiganazareth@caritasmuenchen.de

Kinderkrippe an Nazareth  
Ludwig-Thoma-Straße 16 a, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 33 35 88-0  
krippe-an-nazareth@caritasmuenchen.de

Kinderkrippe Vierkirchen  
Schloßstraße 22, 85256 Vierkirchen  
Telefon: (0 81 39) 80 29 20  
KK-Storchennest@caritasmuenchen.de

Kinderhaus Mariä Himmelfahrt  
Joseph-Effner-Straße 35, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 4 54 36-60 (Krippe)  
Telefon: (0 81 31) 4 54 36-70 (Kindergarten)  
kk-mariaehimmelfahrt@caritasmuenchen.de

Familienpflege / HOT  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1505  
familienpflege-dah@caritasmuenchen.de

Interdisziplinäre Frühförderstelle  
• Newtonstraße 3, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 5 18 40  
• Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
fruehfoerd-dah@caritasmuenchen.de

Heilpädagogische Tagesstätte  
Hebertshausen  
Krautgartenstraße 14, 85241 Hebertshausen  
Telefon: (0 81 31) 5 35 50  
hpt-hebertsh@caritasmuenchen.de

## Psychische Gesundheit

Sozialpsychiatrischer Dienst  
• Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1400  
• Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
> Beratungsstelle für psychische Gesundheit  
spdi-dachau@caritasmuenchen.de  
> Suchtberatung  
spdi-dah-sucht@caritasmuenchen.de  
> Betreutes Wohnen  
spdi-dah-wohnen@caritasmuenchen.de

Tagesstätte „ProBe“  
• Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1700  
• Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
spdidah-tagesst@caritasmuenchen.de

Gebrauchtwarenmarkt  
Am Hörhammermoos 12, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 27 78 45  
gebrauchtwarenmarkt-dachau@caritasmuenchen.de

## Soziale Dienste

Allgemeine soziale Beratung  
• Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1800  
• Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
gsa-dachau@caritasmuenchen.de

Fachstelle Wohnen zur  
Verhinderung von Obdachlosigkeit  
Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900

Gemeindecaritas / Ehrenamt  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1130  
irmgard.haas@caritasmuenchen.de

Schuldner- und Insolvenzberatung  
• Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1800  
• Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
schuldnerb-dah@caritasmuenchen.de

## Für Asylbewerber und Geflüchtete

Flüchtlings- und Integrationsberatung  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1950  
asyldachau@caritasmuenchen.de

## Für Menschen mit Migrationshintergrund

Migrationsberatung  
• Landsberger Str. 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1950  
• Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
migrationdachau@caritasmuenchen.de

## Menschen mit Behinderung

Mobiler Hilfsdienst  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1300  
MobilerHilfsdienst@caritasmuenchen.de

Kontaktstelle für Menschen mit Behinderung  
• Ludwig-Ernst-Straße 48, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1900  
• Am Bahnhof 2, 85229 Markt Indersdorf  
Telefon: (0 81 36) 12 900  
kontaktstelle-dachau@caritasmuenchen.de

Wohnangebote für Menschen mit Behinderung  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 78 67-0  
bwh-dachau@caritasmuenchen.de

Werkstatt für Menschen mit Behinderung  
Einsteinstraße 6, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 32 29 60  
wfbm-dah@caritasmuenchen.de

Werkstatt für Menschen mit psychischen Problemen  
Rudolf-Diesel-Straße 8, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 27 98 48  
wfbm-dah.cepro@caritasmuenchen.de

## Förderverein „Von Hand zu Hand“

Kontaktadresse „Von Hand zu Hand“  
1. Vorsitzender Jürgen Richter  
Caritas-Zentrum Dachau  
Landsberger Straße 11, 85221 Dachau  
Telefon: (0 81 31) 2 98-1000  
gfdah-sekr@caritasmuenchen.de

Ihre Spende hilft!  
Bank für Sozialwirtschaft  
Kontoinhaber: Caritasverband  
der Erzdiözese München und Freising e.V.  
IBAN: DE41 7002 0500 8850 0007 04  
BIC: BFSWDE33MUE  
Verwendungszweck: G704/Spende für ...