

## ► Ihr regionaler Anbieter

Die intego gGmbH ist gemeinsam mit anderen Trägern der freien Wohlfahrtspflege Teil eines umfassenden Netzwerkes für die psychische sowie psychosoziale Versorgung in Oberhausen und Umgebung.

### **Intego gGmbH**

Virchowstraße 39  
46047 Oberhausen  
[www.intego-ruhr.de](http://www.intego-ruhr.de)

### **Ihre Ansprechpartnerin**

#### **Sabine Stratmann**

intego gGmbH  
Koordinierung

Tel.: 0208 899596-18  
Fax: 0208 82475-10  
Mail: [sabine.stratmann@intego-ruhr.de](mailto:sabine.stratmann@intego-ruhr.de)

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website:

[www.psycardea.de](http://www.psycardea.de)



Das Programm ist ein bundesweites Angebot von Mitgliedsorganisationen des Dachverbandes Gemeindepsychiatrie

[www.dvgp.org](http://www.dvgp.org)



**Dachverband  
Gemeindepsychiatrie e.V.**

# psyCardea

Seelische Gesundheit im Fokus



Gestaltung: SPI Paderborn e. V. | Version 1.0 | Photo by Ingo Stiller on Unsplash



**Ihr Netzwerk für  
psychische Gesundheit**

# Psychische Gesundheit, Arbeitsfähigkeit und Krisenbewältigung

## ► Seelische Gesundheit im Fokus

Mit unserem ambulanten Angebot **psyCardea** begleiten wir Sie bedarfsorientiert in seelischen Krisen. Seien es temporäre Überlastungen mit einhergehender Arbeitsunfähigkeit oder langwierige Krisen mit Psychiatrieerfahrung - auf dem Weg zu mehr Stabilität stehen wir an Ihrer Seite und unterstützen Sie dabei, gestärkt in den Alltag zurückzukehren.

Basierend auf einer ressourcen- und lösungsorientierten Grundhaltung setzen wir vor allem auf die Förderung bzw. Wiederherstellung von Resilienz und Selbstwirksamkeit im persönlichen Gespräch. Auf Wunsch beziehen wir dabei auch ihr familiäres und berufliches Umfeld sowie bereits vorhandene Hilfen mit ein. Gemeinsam arbeiten wir an der Bewältigung von Lebensfragen und der Erschließung neuer Perspektiven, so dass aus der Krise eine Chance für positive Veränderungen und mehr Lebensfreude werden kann.

Unsere Teams sind multiprofessionell besetzt und berücksichtigen die Perspektive von krisenerfahrenen Menschen bzw. Genesungsbegleiter\*innen sowie Angehörigen.

## ► Das bieten wir Ihnen:

- Eine individuelle und bedarfsorientierte Genesungsplanung auf Augenhöhe
- Persönliche und kontinuierliche Ansprechpartner\*innen
- Familien- und Netzwerkgespräche nach der Methode des Offenen Dialogs
- Unterstützung bei Rückkehr an den Arbeitsplatz bei berufsbezogenen Konflikten, BEM-Verfahren oder langer Dienstunfähigkeit
- Themenspezifische Gruppenangebote
- 24-stündige Erreichbarkeit einer Krisenhotline an 365 Tagen im Jahr
- Nutzung von Krisenräumen mit betreuter Übernachtungsmöglichkeit
- Zusammenarbeit mit Ärzt\*innen, Therapeut\*innen, Selbsthilfegruppen und weiteren Kooperationspartnern

## ► Kostenübernahme

**psyCardea** richtet sich an Menschen, die sich in einer akuten Überlastungs- oder Krisensituation befinden, möglicherweise kurz zuvor einen Aufenthalt in einer psychiatrischen oder psychosomatischen Klinik beendet haben oder deren Arbeitsfähigkeit gefährdet ist.

Die Leistung ist beihilfefähig. Gern unterstützen wir Sie bei der Kostenübernahme Ihrer Krankenversicherung und Beihilfestelle.