



„Es ist im Leben sehr selten,  
dass uns jemand zuhört  
und wirklich versteht,  
ohne gleich zu urteilen.

Dies ist eine sehr eindringliche Erfahrung.“

Carl Rogers



Kontakt- und Beratungsstelle  
für psychisch kranke  
und belastete Menschen

Caritasverband Gladbeck e.V.

Conny Elbers und Martina Maidhof  
Kirchstr. 5  
45964 Gladbeck  
Tel.: 02043 / 27 91 52

conny.elbers@caritas-gladbeck.de  
martina.maidhof@caritas-gladbeck.de

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

## **Kontakt- und Beratungsstelle für psychisch kranke und belastete Menschen**

im Caritasverband Gladbeck e.V.





**In einer respektvollen und wertschätzenden Atmosphäre bieten wir Ihnen:**

- Klärung des Hilfebedarfs
- Einzelberatung
- Krisenintervention
- Raum für Begegnungen/  
Kontakte knüpfen mit anderen  
Menschen
- Tagesstrukturierende Angebote
- Gruppenarbeit

### **Zielsetzung**

- Psychische Stabilisierung und Entlastung
- Stärkung der vorhandenen Kompetenzen und Fähigkeiten
- Erkennen der eigenen Ressourcen
- Erweiterung der sozialen Kontakte
- Akzeptanz der eigenen Erkrankung und Umgang damit

### **Beratung**

Das Team besteht aus einer Diplom-Sozialarbeiterin und einer Diplom-Pädagogin, die über beraterische und therapeutische Zusatzqualifikationen verfügen.

- Wir unterliegen der Schweigepflicht
- Wir beraten kostenlos und unbürokratisch
- Auf Wunsch kann die Beratung auch anonym stattfinden
- Wir beraten unabhängig von Herkunft, Religion und Weltanschauung

Terminvereinbarungen sind kurzfristig und ohne lange Wartezeiten möglich. Wir sind telefonisch, per Email oder persönlich zu erreichen.

**Die Kontakt- und Beratungsstelle ist eine Anlaufstelle für Menschen, die sich als psychisch belastet erleben, eine psychische Erkrankung haben oder sich in einer Lebenskrise befinden.**

**Auch Angehörige, Freunde, Bekannte etc. finden hier kompetente Ansprechpartnerinnen.**