

## TEILNEHMEN, KÖNNEN ALLE, DIE ...

- ✓ älter als **60 Jahre** sind
- ✓ **zu Hause leben** und **Pflegebedarf** haben (Pflegegrad 1-5)
- ✓ einige dieser **Beschwerden** zeigen:
  - Interessen- und Freudlosigkeit
  - gedrückte Stimmung
  - Schuldgefühle
  - Schlaf- und Appetitstörung
  - Lebensüberdruß
  - verminderter Antrieb
  - negativ getrübe Gedanken

Wenn Sie sich unsicher sind, ob die Kriterien auf Sie oder Ihren Angehörigen zutreffen, melden Sie sich telefonisch oder per E-Mail bei uns. Wir beraten Sie gerne!



## INFORMATIONEN UND KONTAKT

- ✓ Ihre Teilnahme ist **kostenfrei!**
- ✓ Unser Angebot beinhaltet **keine** zusätzliche medikamentöse Therapie!
- ✓ Unsere Versorgungsinitiative wird wissenschaftlich begleitet.
- ✓ Ihre Daten werden streng vertraulich behandelt und **nicht** an Dritte weitergegeben!

### Und so erreichen Sie uns:

**Rufen Sie an: 030 - 766 8375 838**

(Bürozeiten: Montag 11-13 Uhr; Dienstag 15-17 Uhr)

Hinterlassen Sie gerne Ihren Namen und Ihre Telefonnummer auf unserem Anrufbeantworter. Wir rufen schnellstmöglich zurück!

**Oder schreiben Sie uns: [info@psy-care.de](mailto:info@psy-care.de)**

Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Website: **[www.psy-care.de](http://www.psy-care.de)**



**Prof. Dr. Eva-Marie Kessler**  
(Projektleitung)  
Professur für Gerontopsychologie  
MSB Medical School Berlin  
Hochschule für Gesundheit und Medizin



**Prof. Dr. Adelheid Kuhlmei**  
(wissenschaftliche Evaluation)  
Direktorin Institut für Medizinische  
Soziologie und Rehabilitationswissenschaften,  
Charité – Universitätsmedizin Berlin

Suchen Sie einen Umgang mit den Hürden des Alters oder der Pflegebedürftigkeit?

Sie wünschen sich mehr Abwechslung oder Austausch mit anderen Menschen?

Sie wollen in Würde alt werden und hadern damit, Hilfe Anderer zu benötigen?

Oder kennen Sie Menschen, denen es so geht?

## Initiative zur Förderung seelischen Wohlbefindens trotz Pflegebedarf

Informationen für Pflegebedürftige 60plus und Angehörige

So wie der Körper verändert sich auch das seelische Befinden im Alter. Neben Chancen ergeben sich vielfältige Herausforderungen.

So müssen wir damit umgehen, dass wir Menschen, Fähigkeiten und Dinge verlieren, die uns lieb waren.

Wir müssen erhalten und pflegen, was möglich ist, aber auch neue Wege gehen. Neue Rollen finden. Eine Mammutaufgabe! Da kann das Leben schwer werden oder auch mal aus den Fugen geraten.

Besonders bei Pflegebedarf können viele Belastungen zusammenkommen. Viele Gepflegte fürchten zur Last zu fallen und wünschen sich mehr Selbstständigkeit, menschliche Nähe und Abwechslung. Und bei so Manchen ist die Stimmung so betrübt, dass sie nicht weiter wissen.



Professionelle Unterstützung bekommen die Wenigsten. Doch depressive Verstimmung ist auch im Alter **gut behandelbar!**

**Sie fühlen sich angesprochen oder kennen jemanden, dem Sie Unterstützung wünschen?**

**Melden Sie sich bei uns oder sprechen Sie Ihren Arzt auf unser Angebot mit diesem Flyer an!**

**Unser gesamtes Angebot ist für Sie kostenfrei.**

### Unser Versorgungsangebot:

**PSY-CARE** ist eine Versorgungsinitiative der MSB Medical School Berlin mit wissenschaftlicher Begleitung durch die Charité.

Ziel ist die **Unterstützung älterer Pflegebedürftiger mit depressiver Verstimmung.**

#### So läuft es ab:

Bei Interesse **informieren** wir Sie gern und klären gemeinsam, ob eine Teilnahme an dem Angebot und der Studie für Sie in Frage kommt

Wir erfragen telefonisch Ihre aktuelle Lebens- und Belastungssituation und klären, welches Angebot wir ermöglichen können:

- A) **Gespräche mit einem Psychotherapeut / einer Psychotherapeutin oder**
- B) **ein beratendes Angebot**

Nach Abschluss der Behandlung erkundigen wir uns bei Ihnen, wie Sie von der Behandlung profitiert haben

**Auch Pflegende und/oder der Hausarzt können gerne miteinbezogen werden**



**Tel: 030 - 766 8375 838**

(Montag 11-13 Uhr; Dienstag 15-17 Uhr)



MSB Medical School Berlin

Hochschule für Gesundheit und Medizin

**PSY-CARE**

Calandrellistr. 1-9

12247 Berlin

Tel: 030 - 766 8375 838

Fax: 030 - 766 8375 879

E-Mail: [info@psy-care.de](mailto:info@psy-care.de)

#### Rufen Sie uns gerne an!

Oder geben Sie dieses Kontaktformular bei Ihrem Hausarzt ab bzw. senden sie es per Post, Fax oder E-Mail an uns:

Ich interessiere mich für **PSY-CARE!**

Bitte melden Sie sich telefonisch bei mir

Bitte schicken Sie mir weitere Informationen per E-Mail

E-Mail:  @

Name: .....

Telefon: .....