

# PSYCHOTHERAPEUTISCHE ABENDKLINIK



Hilfe für jungen Menschen  
zwischen 18 und 30 Jahren



ST. AUGUSTINUS GRUPPE  
Alexius/Josef Krankenhaus

# THERAPIE UND ALLTAG – WIR MACHEN ES FÜR SIE MÖGLICH

Bei psychischen Erkrankungen ist eine gute und möglichst schnelle Behandlung wichtig. Häufig ist jedoch eine stationäre oder tagesklinische Therapie z. B. wegen Berufstätigkeit oder Studium, Selbständigkeit, minderjähriger Kinder oder zu pflegender Angehöriger nicht möglich.

Die Abendklinik des Alexius/Josef Krankenhauses bietet Ihnen ein besonderes Angebot: Sie erhalten eine intensive psychotherapeutische Behandlung in den Abendstunden, die zu Ihrem Lebensalltag passt. Dazu stehen Ihnen ein multiprofessionelles Team und verschiedene Therapieformen zur Verfügung.

Das Angebot realisieren wir in Zusammenarbeit mit der AOK Rheinland/Hamburg.



**AOK Rheinland/Hamburg**  
Die Gesundheitskasse.



# HYBRIDES ANGEBOT

In der Abendklinik kombinieren wir:

- Therapie vor Ort in der Abendklinik St. Bernhard
- Online-psychotherapeutische und psychoedukative Module, die Sie von zu Hause bearbeiten können

Nach Abschluss des Programms haben Sie für einige Zeit die Möglichkeit, das Online-Angebot weiterhin zu nutzen.

**Programmdauer:** In der Regel umfasst die Behandlungsdauer zehn Wochen.



# THERAPIEABLAUF

Sie sind für die Dauer des Behandlungszeitraums Teil einer Gruppe von maximal 15 Patientinnen und Patienten.

Das Programm mit einzel- und gruppentherapeutischen Elementen gliedert sich in zwei Phasen à fünf Wochen.

## Phase I:

- drei Tage (Mo, Mi, Fr) vor Ort in der Abendklinik, zwei Tage digitale Module

## Phase II:

- zwei Tage (Di, Do) vor Ort in der Abendklinik, ein Tag digitales Modul

## Multimodale Therapie

Nach einer erweiterten Diagnostik in den ersten Tagen starten Sie mit unserem vielfältigen Angebot:

- Elemente der achtsamkeitsfokussierten Basistherapie
- Psychotherapie
- Sport-/Kreativtherapie
- digitale E-Health-Angebote
- Pharmakotherapie

# VORAUSSETZUNGEN FÜR DIE BEHANDLUNG

- Sie sind bei der AOK Rheinland/Hamburg versichert.
- Sie sind zwischen 18 und 30 Jahre alt.
- Sie wohnen maximal 50 Kilometer Luftlinie entfernt von unserer Klinik in Neuss.
- Sie sind Schülerin oder Schüler, im Studium oder in der Ausbildung, berufstätig, selbstständig, in Elternzeit oder z. B. durch die Pflege von Angehörigen im Alltag eingebunden.
- Bei Ihnen liegt keine Arbeitsunfähigkeit vor.
- Sie leiden an einer der folgenden psychischen Erkrankungen:
  - Depression
  - Angststörung (einschließlich sozialer Phobie und generalisierter Angststörung)
  - Anpassungsstörung
  - Impulskontrollstörung
  - Überlastung im Beruf
  - Erkrankungen aus dem schizophrenen Formenkreis

Das Angebot ist für Sie nicht geeignet, wenn Sie aufgrund des Schweregrads Ihrer Erkrankung auf eine vollstationäre oder tagesklinische Versorgung angewiesen sind.

Weitere Fragen klären wir mit Ihnen gerne in einem persönlichen Gespräch.

# KONTAKT

## Sprechen Sie uns an!

Sie interessieren sich für unsere Abendklinik oder haben weitere Fragen? Dann wenden Sie sich gerne an:



### Sabine Pongs

Stationsleiterin

T 02131 529 28732

abendklinik@ak-neuss.de

## Alexius/Josef Krankenhaus

Abendklinik St. Bernhard

Berghäuschensweg 4

41464 Neuss

abendklinik-neuss.de



st-augustinus-gruppe.de