

HILFREICHE ANGEBOTE WÄHREND DER CORONA PANDEMIE

BEHANDLUNG UND BERATUNG

Stationäre und ambulante Behandlungsangebote

LVR-Klinik Langenfeld

Die stationäre und ambulante Behandlung ist weiterhin gesichert: Alle psychiatrischen Ambulanzen haben geöffnet und bieten kurzfristig Termine, unter Wahrung der Hygiene- und Abstandsregelungen, an. Auch eine teilstationäre oder stationäre Behandlung ist natürlich jederzeit möglich. Bitte wenden Sie sich telefonisch an unsere Ambulanzen, dort wird über die Behandlungsmöglichkeit beraten.

Institutsambulanz für Psychiatrie und Psychotherapie in Leverkusen

☎ 02171 49018-300 | ✉ ambulanz.leverkusen@lvr.de

Öffnungszeiten:

Montag:	9 – 12 Uhr und 14 – 16 Uhr
Dienstag, Mittwoch:	9 – 12 Uhr und 13 – 15 Uhr
Donnerstag:	9 – 12 Uhr und 14 – 15 Uhr
Freitag:	9 – 12 Uhr

Tagesklinik Psychiatrie & Psychotherapie Leverkusen

☎ 02171 490 18 200 | ✉ tagesklinik.leverkusen@lvr.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 8 – 16 Uhr

Gerontopsychiatrische Ambulanz in Langenfeld

☎ 02173 9135-69 | ✉ ambulanz.gpz-langenfeld@lvr.de

In Notfällen oder bei akuten Krisen ist die Aufnahme rund um die Uhr telefonisch unter der 02173 102 2003 zu erreichen.

Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite der LVR-Klinik Langenfeld:

<https://klinik-langenfeld.lvr.de>

Klinikum Leverkusen

Das Klinikum Leverkusen liefert in einem neuen Film auf seinem YouTube Kanal einen exklusiven Einblick in den Umgang mit COVID-19 Patient*innen am Klinikum Leverkusen:

<https://www.klinikum-lev.de/News-Details.aspx?newsid=4270>

Aufgrund des generellen Besuchsverbots am Klinikum Leverkusen wurde für Patient*innen und Angehörige ein Hol- & Bring-Service eingeführt. Angehörige und Freunde können ihren Patient*innen so frische Wäsche und kleine Aufmerksamkeiten zukommen lassen. Weitere Informationen finden Sie hier:

<https://www.klinikum-lev.de/News-Details.aspx?newsid=4267>

Remigius Krankenhaus Opladen

Das Remigius Krankenhaus in Opladen hat wichtige Informationen im Zusammenhang mit dem Corona-Virus auf ihrer Internetseite veröffentlicht:

<https://www.kplusgruppe.de/medizin-und-pflege-in-katholischer-traegerschaft/kplus-gruppe/aktuelles/informationen-zum-corona-virus/>

St. Josef Krankenhaus Wiesdorf

Das St. Josef Krankenhaus hat auf seiner Internetseite Informationen zu den Zutrittsbeschränkungen im Krankenhaus und in den Senioreneinrichtungen veröffentlicht. Weitere Informationen finden Sie hier:

<https://www.kplusgruppe.de/medizin-und-pflege-in-katholischer-traegerschaft/kliniken-und-mvz/st-josef-krankenhaus-wiesdorf/portrait/>

Sozialpsychiatrisches Zentrum Leverkusen

Das Sozialpsychiatrische Zentrum (SPZ) Leverkusen bietet in verschiedenen Bereichen Hilfen für psychisch kranke oder behinderte Menschen und ihre Angehörigen an. Hierzu gehören unter anderem die Sozialpsychiatrische Ambulanz und der Sozialpsychiatrische Dienst.

Telefonische Beratung unter der Rufnummer: 0214 8333 22

Montag – Mittwoch: 9 – 17 Uhr

Donnerstag: 9 – 18 Uhr

Freitag: 9 – 15 Uhr

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage: www.spzleverkusen.de

Suchthilfe Leverkusen

Fachstelle für Suchtvorbeugung, Suchtberatung für Alkohol, Medikamente und Glücksspiel, Ambulante Reha

Telefonische Bereitschaft unter der Rufnummer: 0214 87092 10

Montag – Freitag: 9 – 17 Uhr

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage: www.suchthilfe-lev.de

Sozialdienst Katholischer Männer (SKM) Leverkusen

Gesetzliche Betreuung, Vormundschaften und Pfllegschaften, Hilfe zur Erziehung, Erziehungsfamilien und Entschuldungshilfe

Telefonische Beratung unter der Rufnummer: 02171 3994 80

Montag bis Freitag: 8 – 13 Uhr und 14 – 18 Uhr

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage: www.skm-leverkusen.de

Sozialdienst katholischer Frauen (SkF) Leverkusen

Der Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Leverkusen ist Träger von Diensten und Einrichtungen der Kinder-, Jugend- und Familienhilfe und bietet Hilfen für psychisch kranke und behinderte Menschen an. Die Schwangerschaftsberatung ist auch während der Corona-Krise für hilfeschende Frauen und Männer da.

Telefonische Beratung unter der Rufnummer: 02171 4903 0

Montag-Freitag: 08:30 - 13 Uhr
Montag-Donnerstag: 14:00 - 16 Uhr

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage: www.skf-leverkusen.de

TELEFONISCHE & DIGITALE UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE

Leverkusen

Stadt Leverkusen

Unter der Rufnummer 0214 406 333 hat die Stadt Leverkusen ein Bürgertelefon für Fragen geschaltet. Es ist von montags bis freitags von 8 – 18 Uhr und samstags bis sonntags von 9 – 15 Uhr zu erreichen.

Zudem gibt es ein Bürgerpostfach: corona@stadt.leverkusen.de

Bei beiden Angeboten ist eine medizinische Fachberatung nicht möglich.

Caritasverband Leverkusen

Für alle, die keine Hilfe haben oder die Hilfe anbieten möchten, bietet die Stadt Leverkusen in Zusammenarbeit mit dem Caritasverband Leverkusen eine Anlaufstelle an.

Von Montag bis Donnerstag zwischen 9 Uhr und 15:30 Uhr und freitags von 9 Uhr bis 12 Uhr können Hilfeschende und Freiwillige sich melden unter:

✉ hieronymus.messing@caritas-leverkusen.de | ☎ 0214 8554 2504

Diakonisches Werk - Telefondienst für Senior*innen

Ältere Menschen, die in dieser Zeit alleine zu Hause sein müssen, kaum soziale Kontakte haben und sich einsam fühlen, können den telefonischen Dienst des Diakonischen Werks Leverkusen kontaktieren. Dort sitzen ehrenamtliche, geschulte Ansprechpartner*innen, die den Menschen zuhören und sie unterstützen.

Täglich in der Zeit von 8 – 18 Uhr unter der Rufnummer: 0214 382 770 oder 0157 788 79623

Jugendamt der Stadt Leverkusen

Telefonische Rufbereitschaft unter der Rufnummer: 0214 406 5141

Montag – Donnerstag: 08:30 – 15:30 Uhr

Freitag: 08:30 – 13:30 Uhr

Psychologische Familienberatungsstelle der Stadt:

Telefonische Beratung unter der Rufnummer: 0214 406 5201

Montag-Freitag: 08:30 – 14:30 Uhr

Die Beratungsstelle hat nützliche Tipps, Links und Ratschläge für den Familienalltag zusammengestellt. Diese finden Sie hier:

https://leverkusen.de/leben-in-lev/downloads/200319_Psychologische_Familienberatungsstelle_Tipps_fuer_Familien.pdf

Hilfe für Obdachlose

Wer Lebensmittel oder Kleidung spenden möchte, meldet sich bitte per Mail:

✉ kaeltengang@lev-mihev.de

Infos für Unternehmen

Die Corona-Krise wirkt sich schwerwiegend auch auf das wirtschaftliche Leben aus. Existenzen sind gefährdet. Einen Überblick über Soforthilfen, weitere Maßnahmen und Anlaufstellen finden Sie auf der Internetseite der Stadt Leverkusen:

<https://leverkusen.de/leben-in-lev/corona-info-leverkusen/wirtschaft.php>

In diesen Facebook-Gruppen finden Sie weitere Hilfsangebote:

Corona-Nachbarschaftshilfe: <https://www.facebook.com/groups/1327954024068840/>

Netzwerk-Leverkusen: <https://www.facebook.com/groups/Netzwerk.Leverkusen/>

Leverkusener Heinzelmännchen: <https://www.facebook.com/groups/2533012990291370/>

Corona – Einkaufen für Isolierte: <https://www.facebook.com/groups/234098531057270/>

Wichtig ist bei allen Unterstützungsangeboten: Alle müssen zum Schutz der Anderen und zum Eigenschutz die Hygienemaßnahmen und die Auflagen der Landesverordnung unbedingt beachten.

Allgemeine Hilfe und Unterstützungsangebote

„Nummer gegen Kummer“

Für Kinder: ☎ 0800 116 111

Für Eltern: ☎ 0800 111 0550

Kinder in Not

☎ 0800 111 0333

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

☎ 116 117

Gewalt gegen Frauen

☎ 0800 011 6016

Info-Telefon Depression

Hilfe und Informationen zum Umgang mit der Erkrankung

☎ 0800 33 44 5 33

Montag, Dienstag, Donnerstag: 13 – 17 Uhr

Mittwoch und Freitag: 08:30 – 12:30 Uhr

Telefonseelsorge

☎ 0800 111 0111 oder 0800 111 0222

Unabhängige Patientenberatung Deutschland

☎ 0800 011 77 22

E-Mail Beratung für junge Menschen

✉ www.u25-deutschland.de

✉ www.jugendnotmail.de

Online-Programm iFightDepression der Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Die mit dem Corona-Virus verbundenen Ängste und Einschränkungen stellen für an Depression erkrankte Menschen große Herausforderungen dar. Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe unterstützt Betroffene mit digitalen Angeboten. Da viele Patient*innen durch das Corona-Virus zuhause bleiben müssen, ist das [iFightDepression-Programm](#) nun

für 6 Wochen auch ohne Begleitung zugänglich.

Betroffene können sich formlos über die E-Mail-Adresse ifightdepression@deutsche-depressionshilfe.de für das Programm anmelden und werden innerhalb von 24 Stunden freigeschaltet.

Weitere Infos zum Programm gibt es hier:

<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/unsere-angebote/fuer-betroffene-und-angehoerige/ifightdepression-tool>

Online-Programm „Selfapy“ – Soforthilfe bei psychischen Belastungen

Kostenfreies Corona-Programm zur psychischen Unterstützung bei Belastungen im Zusammenhang mit der Pandemie. In Zusammenarbeit mit der International Psychoanalytic University Berlin hat Selfapy ein Kurs-Angebot mit verschiedenen Modulen entwickelt.

Zum Online-Programm:

https://www.selfapy.de/corona/?utm_source=email&utm_medium=af&utm_campaign=corona

Bundesministerium für Gesundheit

Hier finden Sie verlässliche Antworten des Bundesministeriums für Gesundheit auf häufig gestellte Fragen zum neuartigen Corona-Virus:

<https://www.zusammengegencorona.de/informieren/>

Kassenärztliche Vereinigung

Hier finden Sie Informationen rund um die Versorgung: <https://coronavirus.nrw/>

TIPPS FÜR DEN ALLTAG

Das Coronavirus betrifft in erster Linie den Körper – aber wer laufend die Nachrichten verfolgt, dazu angehalten ist, soziale Kontakte zu minimieren oder gar in häusliche Quarantäne zu gehen, dem kann das auch aufs Gemüt schlagen.

Hier finden Sie 8 Tipps von der Mental Health Europe, wie man jetzt auf seine seelische Gesundheit achten kann.

Beschaffen Sie sich Informationen aus vertrauenswürdigen Quellen

Beschränken Sie sich selbst darauf, nur Informationen aus Quellen wie dem Robert-Koch-Institut, den Ministerien und Gesundheitsämtern zu beziehen.

Setzen Sie sich selbst ein Limit bei COVID-19 Nachrichten

Versuchen Sie, exzessive Mediennutzung zu vermeiden. Ständiges Warten auf Neuigkeiten können Sorgen verstärken.

Passen Sie auf sich auf

Selbstfürsorge bedeutet in Zeiten des Corona-Virus, sich auf das zu konzentrieren, was man selbst in der Hand hat und kontrollieren kann (z.B. angemessene Hygiene) statt auf das, was man nicht beeinflussen kann (z.B. das Virus zu stoppen). Überlegen Sie, eine neue tägliche Routine zu entwickeln, die Ihre seelische Gesundheit und eine positive Einstellung in den Mittelpunkt stellt.

Halten Sie Kontakt und unterstützen Sie die Menschen in Ihrem Umfeld

Mit Familie und Freunden in Kontakt bleiben, kann Stress reduzieren. Mit ihnen über Sorgen und Gefühle zu sprechen hilft womöglich, mit den Herausforderungen der Krise besser umzugehen.

Bleiben Sie hoffnungsvoll und denken Sie positiv

Versuchen Sie, sich auf die positiven Dinge im Leben zu konzentrieren.

Erkennen Sie Ihre Gefühle an

Es ist ganz normal, in der derzeitigen Situation große emotionale Reaktionen zu zeigen, sei es sich überwältigt zu fühlen, gestresst, ängstlich oder traurig.

Nehmen Sie sich Zeit, mit Ihren Kindern über die Situation zu sprechen

Auch Kinder brauchen Hilfe im Umgang mit Stress und Schutz vor der Corona-Hysterie. Beantworten Sie ihre Fragen und erklären Sie Fakten über das Virus, die für Kinder verständlich sind.

Holen Sie sich professionelle Unterstützung

Befolgen Sie Schutz- und Präventionsempfehlungen der Experten aus dem Gesundheitswesen. Wenn all das nichts hilft, überlegen Sie, sich Unterstützung durch eine professionelle Beratungsstelle zu holen oder suchen Sie Betroffene in ähnlicher Situation.

Es gibt viele Möglichkeiten, die Ängste vor dem Virus in den Griff zu bekommen, die eigene seelische Gesundheit und die von Freunden und Familie zu schützen und zu pflegen. Eine proaktive Einstellung kann helfen, Ihre seelische Gesundheit in Zeiten großer Unsicherheit zu schützen.

Bei Anregungen und weiteren Informationen schreiben Sie uns gerne an. Wir helfen Ihnen weiter – bleiben Sie gesund.

Ihr Leverkusener Bündnis gegen Depression

L Leverkusener Bündnis gegen Depression

c/o LVR-Klinik Langenfeld

Koordination

Andrea Engels

☎ 02173 102 22 72

✉ koordination.leverkusener-buendnis@lvr.de