

**Miteinander für
psychische Gesundheit.**

**TRAININGS-
HILFE.**



pro mente Wien
Gesellschaft für psychische und soziale Gesundheit

Grüngasse 1A, 1040 Wien
T +43 1 513 15 30 - 0
F +43 1 513 15 30 - 350
office@promente.wien
www.promente.wien

Ein Mitglied von pro mente Austria.



Gefördert vom Fonds Soziales Wien,
aus Mitteln der Stadt Wien



Trainingshilfe - der Weg ist das Ziel

Die Trainingshilfe ist ein Angebot für Menschen mit psychischen Erkrankungen. Am Beginn der Trainingshilfe wird ein Ziel vereinbart. Ein Beispiel für ein Ziel kann das selbständige Benutzen der öffentlichen Verkehrsmittel sein. Ein anderes Ziel kann das Besuchen von Orten oder Plätzen, an denen sich viele Menschen treffen, sein. Es gibt noch viele weitere Ziele.

Hier werden Sie von einer/einem Praktikant:in auf Ihrem Weg zum Ziel begleitet. Die/der Praktikant:in absolviert gerade eine psychosoziale Ausbildung.

Aufgabe der/des Praktikant:in ist es, Sie bei der Erreichung dieses Zieles zu unterstützen.

Sie treffen sich 1 bis 2 Mal in der Woche mit der/dem Praktikant:in, die/der Sie begleitet. Das Treffen kann 2 - 4 Stunden dauern. Die Dauer der Trainingshilfe ist auf 1 Jahr begrenzt. Viele Menschen schaffen es in dieser Zeit ihr Ziel zu erreichen.

Das Angebot der Trainingshilfe ist kostenfrei.

Die Anmeldung für die Trainingshilfe erfolgt durch einen Antrag. Diesen Antrag finden Sie auf unserer Website.

Sie können diesen Antrag selbst, oder mit einer Betreuerin oder einem Betreuer bzw. jemanden aus Ihrem Behandlungsteam ausfüllen.

Dann schicken Sie diesen Antrag bitte an pro mente Wien. Dies geht per E-Mail, aber auch per Post. Der Antrag kann auch persönlich abgegeben werden.

Beratungsstelle von pro mente Wien

- Sie suchen Hilfe oder Informationen?
- Sie brauchen Rat rund um das Thema psychische Erkrankung?
- Sie oder jemand aus Ihrer Familie haben psychische Probleme?
- Sie möchten darüber reden und haben Fragen?

Dann finden Sie Antworten in der Beratungsstelle. Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin. In diesem Termin werden Ihnen Informationen, Beratung und auch Entlastung geboten.

Dies kann zum Beispiel die Vermittlung zu einem passenden Angebot sein. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

Kontakt & weitere Information

Sonja Köcher, MSc
Leiterin Trainingshilfe & Beratungsstelle

Grüngasse 1A, 1040 Wien
T +43 699 187 750 - 00
F +43 1 513 15 30 - 350
sonja.koecher@promente.wien