**Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstellen** (PSKB) sind kostenlose Beratungsangebote für Menschen in belastenden psychosozialen Lebenslagen und für Menschen mit psychischen Problemen oder seelischen Erkrankungen. Sie sind auch für Angehörige von Menschen mit seelischen Problemen da.

Hier können mit einer festen Ansprechperson ein oder mehrere Gespräche über seelische Belastungen, Ängste und Sorgen geführt werden. Die Beraterinnen und Berater stehen unter Schweigepflicht. Über weiterführende Hilfen, therapeutische und ärztliche Behandlungsmöglichkeiten wird informiert und bei Bedarf auch der Kontakt vermittelt und begleitet.

Die Beratungsstellen arbeiten nach Terminvergabe Montag bis Freitag, den Termin können Sie telefonisch vereinbaren. Für die Übersetzung aus dem Ukrainischen bringen Sie bitte eine Person Ihres Vertrauens mit. Falls Sie niemanden haben, kann die PSKB beim Sozialpsychiatrischen Dienst des Kreisgesundheitsamts Landkreis eine Übersetzung anfragen. Geben Sie daher immer eine Telefonnummer an, unter der Ihnen eine Nachricht übermittelt werden kann.

Für Menschen, bei denen Alkohol- oder andere Suchtprobleme im Vordergrund stehen, sind Sucht- und Drogenberatungsstellen die richtigen Ansprechpartner.

Der **Sozialpsychiatrische Dienst im Gesundheitsamt** (SPDI)des Landkreises ist ein kostenloses Beratungsangebot für Menschen mit vorrangig psychischen Problemen oder seelischen Erkrankungen, auch Suchterkrankungen. Der SpDi ist auch für Angehörige von Menschen mit seelischen Problemen da.

In einem Gespräch mit einer Beraterin über seelische Belastungen, Ängste und Sorgen kann über mögliche Hilfen im Landkreis gesprochen werden. Wenn die Ärztin des SpDi hinzugezogen werden kann, besteht auch die Möglichkeit, über Behandlungsformen, Therapien und Medikation zu sprechen. Es dürfen im SpDi aber keine Medikamente gegeben werden und auch keine Rezepte ausgestellt werden. Zu Psychotherapeuten und Psychiatern kann von hieraus Kontakt hergestellt werden und bei Bedarf auch ein erster Kontakt begleitet werden.

Der SpDi arbeitet nach Terminvergabe Montag bis Freitag, den Termin können Sie telefonisch vereinbaren. Für die Übersetzung aus dem Ukrainischen bringen Sie bitte eine Person Ihres Vertrauens mit. Falls Sie niemanden haben, kann die PSKB beim Sozialpsychiatrischen Dienst des Kreisgesundheitsamts eine Übersetzung anfragen. Geben Sie daher immer eine Telefonnummer an, unter der Ihnen eine Nachricht übermittelt werden kann.