

## Ambulante Gruppe für Menschen mit einer bipolaren Erkrankung

---

**Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Universität Hamburg**

**Zentrum für seelische Gesundheit  
Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik**  
Chefarzt: PD Dr. Daniel Schöttle  
Sekretariat: Andrea Felsch

Eißendorfer Pferdeweg 52  
21075 Hamburg  
Telefon: 040/181886-3254  
Telefax: 040/181886-3996  
d.schoettle@asklepios.com  
www.asklepios.com/harburg

April 2023

### Die Bipolar-Gruppe

Willkommen sind in der ambulant geführten Bipolar-Gruppe Menschen jeder Altersgruppe mit einer erstmaligen Diagnose einer bipolaren Störung als auch Menschen, die bereits seit Jahren mit dem Erkrankungsbild leben. Das Miteinander in der Gruppe ist durch einen wohlwollenden, verständnisvollen und unterstützenden Umgang geprägt.

Die Gruppe besteht aus wöchentlichen Achtsamkeitsübungen und einem offen geführten Gruppenkonzept, bei dem es den Teilnehmern und Teilnehmerinnen möglich ist, ihre individuellen Probleme und Anliegen rund um das bipolare Erkrankungsbild sowie ihre persönlichen Erfahrungen in die Gruppe aktiv einzubringen.

Durch das Gruppenkonzept ist ein intensiver, persönlicher Austausch zu verschiedenen Themen und Fragen, wie z.B. Frühwarnsymptome von manischen/depressiven Phasen und auch der Umgang mit akuten depressiven/manischen Phasen, Kommunikation des Erkrankungsbildes an das Umfeld, Beruflicher Einstieg, Stressbewältigung, Selbstfürsorge und Selbstwert sowie viele weitere Themen möglich.

Eine Anmeldung für die Gruppe und ein kurzes Kennenlerngespräch ist über unsere Psychiatrische Institutsambulanz I in Haus 16 erforderlich.

Nehmen Sie hierzu gerne Kontakt unter der folgenden Nummer 040-181886-3243 oder unter der E-Mail [psychambulanz.harburg@asklepios.com](mailto:psychambulanz.harburg@asklepios.com) mit dem Betreff „Anmeldung Bipolar-Gruppe“ auf. Die Kolleginnen und Kollegen werden Ihnen gerne weiterhelfen.

Die Gruppe findet **jeden Mittwoch von 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr** statt.

Ort: Haus 16, Eingang A/B, 1.OG, Raum 192 (Musiktherapieraum)

Gesund werden. Gesund leben [www.asklepios.com](http://www.asklepios.com)

**Asklepios Kliniken Hamburg GmbH**

Sitz der Gesellschaft: Hamburg • Registergericht: AG Hamburg HRB 93371

Geschäftsführer: Joachim Gemmel ( Sprecher), Daniel Amrein, Anja Rhode

Vorsitzender des Aufsichtsrates: Dr. Markus Althoff

Bankverbindung: Commerzbank, IBAN: DE96 5008 0000 0090 0436 00, BIC: DRESDEFFXXX • Ust.-IdNr.: 81432 0981

