

Schnelle Orientierung bei psychischen Belastungen

Wer psychisch belastet ist, weiß oft nicht, wo es Hilfe gibt – und auch Angehörige suchen häufig lange nach passenden Angeboten.

Die Website psychNAVi Rheinland-Pfalz hilft bei der Suche.



www.psychnavi-rlp.de

Wer kann das psychNAVi RLP nutzen?

Das psychNAVi RLP richtet sich an:

- Menschen mit psychischen Belastungen oder Erkrankungen
- Angehörige und Nahestehende
- Fachkräfte und Interessierte



Das psychNAVi wurde von der ASB Gesellschaft für seelische Gesundheit mbH in Bremen gemeinsam mit Menschen mit psychischen Erkrankungen entwickelt. Die LZG hat das Portal in Zusammenarbeit mit den Koordinator*innen für Gemeindepsychiatrie an rheinland-pfälzische Verhältnisse angepasst und eine Datenbank erstellt, die rund 1.000 Angebote von ca. 250 Anbietern enthält. Die Informationen werden laufend aktualisiert.

Impressum

Herausgegeben von
der Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.
(LZG)

Hölderlinstraße 8
55131 Mainz
Telefon 06131 2069-0
E-Mail info@lzg-rlp.de
www.lzg-rlp.de

V.i.S.d.P.

Susanne Herbel-Hilgert,
Geschäftsführerin der LZG

Koordination LZG

Muriel Buck
mbuck@lzg-rlp.de

Erscheinungsjahr

2025

Druck

I. B. Heim, Mainz

Grafische Gestaltung

Ulrike Speyer



Wenn die Seele leidet – Wo finde ich Hilfe?

Finden Sie
Informationen und
Unterstützungs-
möglichkeiten in
Rheinland-Pfalz



© BartekSzewczyk / iStockphoto.com

Online-Wegweiser bei psychischen Belastungen



www.psychnavi-rlp.de



Gezielte Suche nach Angeboten



© Hwangdaesung / istockphoto.com

Mit dem psychNAVi RLP gibt es verschiedene Wege, um passende Angebote zu finden:

- **Filterfunktionen**
 - Bereich (z. B. Arbeit und Ausbildung, Behandlung, Information und Beratung)
 - Region
 - Altersgruppe
- **Freitextsuche**
- **Anbietersuche**
- **Alphabetische Übersicht**



Krisenhilfe – im Notfall schnell handeln



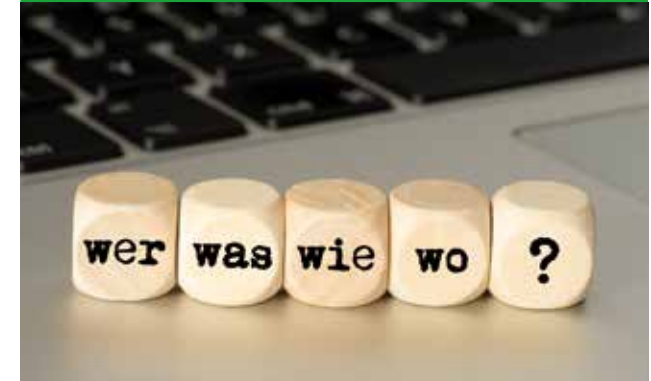
© Jelena Stanojkovic / istockphoto.com

In akuten Krisen kann schnelles Handeln notwendig sein. Hier hilft die Rubrik „Krisenhilfe“ weiter. Sie zeigt:

- Wann handelt es sich um einen Notfall?
- An welche Stellen kann ich mich wenden?
- Wo finde ich regional zuständige Kliniken?
- Welche Hilfetelefone gibt es?
- Welche Online-Hilfen (z. B. per Mail oder Chat) gibt es?



Die Infothek – wichtiges Wissen



© Stadtrat / istockphoto.com

Die „Infothek“ erklärt wichtige Begriffe und verlinkt zu weiteren Informationen. Themen sind unter anderem:

- Teilhabe am Arbeitsleben
- Behandlung
- Information und Beratung
- Krisenhilfe
- Rechtliche Betreuung
- Selbsthilfe
- Unterstützung und Begleitung im Alltag
- Wohnen
- Psychische Erkrankungen

Wer sich mit einfacher Sprache besser zurechtfindet, kann u. a. die Texte der Infothek auch in Leichter Sprache nutzen.