

## Gemeinsam. Schritt für Schritt.



### Im Alltag für Sie da:

- Vielfältige Projekte, Aktionen und Unternehmungen
- Offener Treff mit Kaffee, Tee, Tageszeitung, Rätselheften und Gesellschaftsspielen
- Internet-/Computernutzung, kostenfreies W-Lan
- Schließfächer
- Freiwilliges Treuhandkonto zur Unterstützung der eigenständigen Geldverwaltung
- Wasch- und Trocknungsmöglichkeit für Wäsche
- Kostenfreie Second-Hand-Angebote für Kleidung
- Kostenfreie Elektrokleingeräte zweiter Hand

### Lernen Sie uns persönlich kennen, für mehr Informationen:

Damit wir uns ausreichend Zeit nehmen können, vereinbaren Sie gerne ein unverbindliches Beratungsgespräch unter unserer Telefonnummer:

**040 611 980 87.**

Wir bieten außerdem jeden Mittwoch eine **offene Sprechstunde von 12 bis 13 Uhr** in unseren Räumlichkeiten an.

Wir freuen uns auf Sie.

**animo**  
Gemeinsam. Schritt für Schritt.

### So finden Sie uns:

Mit dem Bus: Metrobus 25, Wartenau  
Mit der Bahn: U1 Wartenau, U3 Uhlandstraße,  
S1 Landwehr

### animo e.V.

Güntherstraße 73 · 22087 Hamburg  
Telefon 040 611 980 87 · Fax 040 611 980 92  
info@animo-hamburg.de  
[www.animo-hamburg.de](http://www.animo-hamburg.de)



Im Verbund der **Diakonie**

animo e.V. ist Mitglied folgender Institutionen:  
Diakonisches Werk Hamburg, Landesverband der Inneren Mission e.V.,  
Qualitätsverbund Nord, AG Reha, DGSP, PSAG Nord

**Kostenfreie  
Soforthilfe**

## Auswege finden ...

Assistenz in der Sozialpsychiatrie

**animo**  
Gemeinsam. Schritt für Schritt.

## animo unterstützt und begleitet psychisch erkrankte Menschen in Hamburg.

Unter dem Namen FIGA e.V. gegründet und 2024 in animo e.V. umbenannt, unterstützen wir seit 2002 psychisch erkrankte und seelisch belastete Menschen in ihrem Alltag.

animo bedeutet „Kopf hoch!“, und genau das ist unsere Mission: Wir schaffen Überblick und Klarheit, wenn das tägliche Leben einem über den Kopf wächst. Wir helfen schnell, kostenfrei und auf Wunsch auch anonym im Rahmen der Assistenz in der Sozialpsychiatrie (ASP).

Die ASP ist Teil der Eingliederungshilfe und wird für unsere Klienten durch die Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration (BAGSFI) finanziert. Gerne helfen wir Ihnen bei der Antragstellung.

Die Unterstützung kann bei uns in den Räumlichkeiten, bei Ihnen zu Hause oder auch als Begleitung zu Ämtern, Ärzten etc. erfolgen. Außerdem gibt es zahlreiche freiwillige Gruppenangebote für den gemeinsamen Austausch oder einfach, um den Kopf freizubekommen.

Wir freuen uns auf Sie. **Kopf hoch! Sie sind nicht alleine.**



### Unsere Angebote:

Unsere Angebote passen wir individuell an Ihre Bedürfnisse an. Zuerst finden wir in einem gemeinsamen Gespräch heraus, was sinnvoll ist. Das Fachamt für Eingliederungshilfe erstellt einen Hilfeplan. Gemeinsam machen wir uns dann daran, diese Ziele zu erreichen.

### Hierbei können wir Sie unterstützen:

- Psychische Beschwerden besser verstehen und bewältigen lernen
- Selbstständigkeit zurückgewinnen und den eigenen Haushalt wieder bewältigen können
- Behördenangelegenheiten regeln und sozialrechtliche Probleme lösen
- Geld verwalten und Schulden vermeiden oder regulieren
- Soziale Kontakte aufrechterhalten und wieder neue Beziehungen aufbauen
- Den Tag und die Woche strukturieren und die Freizeit aktiv gestalten
- Die medizinischen Angebote im Stadtteil kennen lernen und gegebenenfalls nutzen
- Den richtigen Arzt oder Therapeuten finden
- Eine neue Wohnung finden oder drohenden Wohnungsverlust abwenden
- Den beruflichen Wiedereinstieg planen, vorbereiten

## Frei.... Zeit.... SOUL!

Einfach einmal den Kopf frei pusten und die Seele baumeln lassen ... das ist möglich auf unserem Segelboot, der SOUL!

In der Sommersaison gibt es bei uns die Möglichkeit, gemeinsam in See zu stechen. Dieses ist Teil unserer Freizeitangebote. Die SOUL befährt die Ostsee und wir veranstalten regelmäßig Ausflüge in Kleingruppen für alle, die einmal den Alltag ruhen lassen und auf dem Wasser sein möchten. Unser erfahrener Skipper weist die Crew in alles ein und segelt Sie sicher wieder in den Hafen. Wer mag, darf dabei auch gerne einmal das Steuerrad als Rudergänger übernehmen. Den Winter nutzen wir und lernen Knoten und Theorie.

Unserer Meinung nach ist Segeln die schönste Möglichkeit, seine Seele langsam heilen zu lassen und wieder Vertrauen in sich und das Leben zu gewinnen. Wir packen alle gemeinsam an, spüren die Kraft des Wassers und genießen die Weite.

Schließlich sitzen wir alle in einem Boot. Wir freuen uns, wenn Sie demnächst mit an Bord sind.

