

*Angebot bei Angst und/oder  
Posttraumatischer Belastungsstörung:  
Therapeutisches Klettern*

Sehr geehrte/r Patient\*in!

Im Rahmen eines Gesundheitsprojektes des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Innsbruck und der Universitätsklinik für Psychiatrie II der Medizinischen Universität Innsbruck bieten wir ein Bewegungsprogramm zur Bewältigung von Angst an.

Wenn Sie an einer Angststörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung erkrankt sind, laden wir Sie ein, an **8 Terminen einer Klettergruppe** teilzunehmen.

In dem Programm werden Bewegung und Sozialkontakt genutzt, um die psychische Gesundheit zu verbessern.

Die **nächste Gruppe** findet im **Frühling/Sommer 2023** statt.

**Informationen zum Ablauf**

Die Teilnahme an der therapeutischen Klettergruppe ist kostenlos. Um teilnehmen zu können bitten wir Sie um zwei Blutabnahmen und das zweimalige Ausfüllen eines Fragebogens, jeweils vor Beginn und nach Ende der Klettergruppe. Nach Beendigung der Klettergruppe wird zusätzlich ein Interview durchgeführt, in dem Sie zu Ihren persönlichen Eindrücken befragt werden.

Die Gruppe wird von professionellen Klettertrainer\*innen und psychiatrischen Fachkräften (Ärzt\*in, Psycholog\*in) geleitet.

Klettermaterial (Schuhe, Klettergurt, etc.) wird von uns zur Verfügung gestellt.

**Haben wir Ihr Interesse geweckt?**

Wenn Sie an der Klettergruppe teilnehmen wollen oder gerne noch weitere Informationen hätten bevor Sie sich entscheiden, so kontaktieren Sie uns.

Für eine unverbindliches Erstgespräch und bei sonstigen Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Telefonisch: **0677 64089822** (erreichbar an Werktagen von 8:00 bis 16:00 Uhr)  
per E-Mail unter: [vera.wallner@tirol-kliniken.at](mailto:vera.wallner@tirol-kliniken.at)

---

**Department für Psychiatrie,  
Psychotherapie, Psychosomatik und  
Medizinische Psychologie**  
**Universitätsklinik für Psychiatrie II**

---

Klinikdirektorin:  
Univ.-Prof. Dr. Barbara Sperner-Unterwiesing  
A-6020 Innsbruck, Anichstrasse 35

**Ambulanz für Psychosomatische Medizin**  
Sekretariat: +43 (0)50 504-23701  
Telefax: +43 (0)50 504-23687  
Site: <http://psychiatrie.tirol-kliniken.at>