

## Beratung

**Die Beratungsstelle ist Anlaufpunkt für** Menschen mit seelischer Erkrankung oder Beeinträchtigung, die

- Unterstützung bei Antragstellungen und Behördenpost oder
- in ihrem sozialen Umfeld benötigen
- in kritischen Lebenssituationen entlastende und orientierende Gespräche wünschen
- deren Angehörige und Freunde

### Angebote der Beratungsstelle

- Einzelberatung
- Unterstützung bei der Alltagsbewältigung
- entlastende Gespräche
- Hilfe bei der Sicherung materieller und finanzieller Ansprüche
- Begleitung zu Ämtern, Behörden und Ärzten
- aufsuchende Tätigkeit, d.h. Hausbesuche, Klinikbesuche
- Vermittlung zu anderen Hilfsangeboten

Die Inanspruchnahme der Einzelangebote erfolgt Mo – Fr im Rahmen unserer Öffnungszeiten nach individueller Absprache. Termine für Beratungen vereinbaren Sie bitte telefonisch mit:

#### Beate Adamczik

Dipl.-Sozialarbeiterin / Sozialpädagogin  
0341 / 86 31 755

[b.adamczik@gutshof-stoetteritz.de](mailto:b.adamczik@gutshof-stoetteritz.de)

#### Ulrike Petersen

Dipl.-Sozialarbeiterin  
0341 / 86 31 750

[u.petersen@gutshof-stoetteritz.de](mailto:u.petersen@gutshof-stoetteritz.de)

## Wir über uns

Unser Tageszentrum "Vielfalt" ist als Kontakt- und Beratungsstelle ein erster Anlaufpunkt für Menschen mit dauerhaften oder vorübergehenden seelischen Erkrankungen und Beeinträchtigungen. Der Besuch ist kostenlos, erfordert keinerlei Überweisung oder Antragstellung, sondern ist jederzeit möglich. Sie entscheiden selbst, wie oft und lange Sie unser Angebot nutzen wollen. Wir bieten Ihnen Hilfe zur Selbsthilfe an. Hier können Sie andere Menschen treffen, Kontakte aufbauen, Gesprächsangebote und Beratung nutzen, sich austauschen, Ihre Freizeit gestalten und wieder Struktur und Sinn in Ihren Tagesablauf bringen. Unsere Angebote reichen von Teestube, gemeinsamem Kochen über Spielnachmittage und vielfältige kreative Tätigkeiten bis hin zu Tagesausflügen. Eine aktive Mitgestaltung ist immer erwünscht und möglich.

### Beratung aus eigener Erfahrung Peer-Beratung

Gehör, Beratung, Unterstützung und Orientierung aus der Sicht einer Betroffenen mit Depressions-Erfahrungen.

Frau **Christine Reuter** steht Ihnen als Gesprächspartnerin / Peerberaterin montags 14 - 17 Uhr und dienstags 15 - 18 Uhr zur Verfügung. Bitte nehmen Sie bei Interesse Kontakt zu uns auf, die Terminvergabe kann über das Tageszentrum erfolgen!  
0341/ 86 31 750 oder  
[c.reuter@gutshof-stoetteritz.de](mailto:c.reuter@gutshof-stoetteritz.de)

## Programm März - Mai 2024



Kontakt, Beratung und Freizeitangebote für Menschen mit seelischen Erkrankungen

### Tageszentrum Vielfalt und Beratungsstelle

Oberdorfstraße 15 – 04299 Leipzig 0341 / **8631750**  
Beratungsstelle 0341 / 86 31 755  
TZV@gutshof-stoetteritz.de  
KOB@gutshof-stoetteritz.de  
[www.gutshof-stoetteritz.de](http://www.gutshof-stoetteritz.de)  
facebook: Tageszentrum Vielfalt

Gutshof Stötteritz e.V.

## Regelmäßige Angebote

### Montag 09:00-20:00 Uhr

09:30-12:00 Uhr	Holz/Theaterwerkstatt
10:00-12:00 Uhr	Kochen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:30-14:30 Uhr	Gedächtnistraining
14:00-16:00 Uhr	Medienwerkstatt
15:00-17:00 Uhr	Montagstreff für Frauen 50+
17:45-19:30 Uhr	Junge Gruppe Depression

### Dienstag 09:00-18:00 Uhr

09:30-12:00 Uhr	Holz/Theaterwerkstatt
09:30-11:00 Uhr	Schreiben für die Seele
10:00-12:00 Uhr	Kochen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:00-17:00 Uhr	Spielenachmittag

### Mittwoch 09:00-20:00 Uhr

10:00-12:00 Uhr	Malwerkstatt
10:00-12:00 Uhr	Kochen / Backen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:00-17:00 Uhr	Spielenachmittag
14:00-14:30 Uhr	Entspannung
14:00-16:00 Uhr	Töpferwerkstatt
17:00-20:00 Uhr	Theaterprobe

### Donnerstag 09:00-19:00 Uhr

09:30-12:00 Uhr	Holz/Theaterwerkstatt
10:00-12:00 Uhr	Kochen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:30-14:30 Uhr	Denksportspaziergang
15:00-19:00 Uhr	Kaffeeklatsch

### Freitag 09:00-15:00 Uhr

09:30-12:00 Uhr	Marionetten-Film-Projekt
10:00-12:00 Uhr	Kochen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:00-14:30 Uhr	Marionetten-Film-Projekt

## Selbsthilfegruppen

**SHG Depression und Angststörungen**  
bis Mitte 30 montags 17.45 – 19.30 Uhr

**SHG Licht und Schatten** für Menschen mit bipolaren Störungen  
mittwochs 17 - 19 Uhr

**SHG „Mut zum Reden“ Depression, Ängste, Panik**  
donnerstags 19 Uhr,  
Kontakt + Infos über [www.mut-zum-reden.de](http://www.mut-zum-reden.de)

**SHG „Mut zum Reden“ Depression, Ängste, Panik Gruppe 2**  
dienstags 18 Uhr

**SHG „Mut zum Reden“ Depression, Ängste, Panik Gruppe 3**  
samstags 14 tägig, gerade Woche 12 – 14 Uhr oder  
offener Treff/ Stammtisch ungerade Woche 14 Uhr

**Wir bitten bei allen Selbsthilfegruppen um telefonische  
Vor Anmeldung unter 86 31 750.**

**SHG Leben mit Psychose**  
ungerader Donnerstag 16:00 – 17:30 Uhr  
gerader Donnerstag neue Gruppe

## Was sonst noch los ist

### Geplanter Heizungsumbau!

vom Mo., 18.03. – Mi., 20.03. bleibt das TZ  
regulär geschlossen, es gibt einen  
Ausflug nach Altenburg am Die., 19.03.

## Besonderes

### Dienstag, 19.03. Ausflug nach Altenburg

**Wir besichtigen die Senffabrik**  
Kosten 10 € / pro Nase inkl. einer Thüringer  
Bratwurst im Anschluss  
**Schlendern im Inselzoo 2,50 €**

Treff: Hbf tief 8:50 Uhr an der Rolltreppe  
9:09 Uhr S5 nach Zwickau

### Donnerstag, 25.04. Ausflug nach Döbeln

Treff: 9:50 Uhr Hbf Gleis 19

Bummel durch die Stadt auf der Muldeninsel,  
Stadtmuseum mit größtem Stiefel 2,-€  
Einkehr und Mittagessen

### Donnerstag, 09.05. 14 - 18 Uhr Himmelfahrts-Grillen

Bitte mit Voranmeldung!

### Samstag, 01.06. 14 – 19 Uhr Stötteritzer Sommerfest

\*\*\*\*\*

Wir sind auch unter Facebook zu finden:  
<https://www.facebook.com/tageszentrum.vielfalt>