



- Beratungsstelle
- Café Blickwechsel
- Kreative Bürgerwerkstatt
- Selbsthilfe/sozialpädagogische Gruppenangebote/Ehrenamt
- Betreute Wohnformen (wbW, wbWFlex, bW)
- Praxis für Ergotherapie

**Januar bis März
2023**

Regelmäßige Angebote

Sonn- und Feiertage	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Sonn- und Feiertagsgruppe** 14.00–18.00 Uhr Café Blickwechsel	Offenes Frühstück** 9.30 Uhr Café Blickwechsel	Hausgemachtes Mittagessen** 12.00 Uhr Café Blickwechsel	Offenes Frühstück** 9.30 Uhr Café Blickwechsel	Holzwerkstatt 1. & 3. Freitag im Monat 09.00–12.00 Uhr Bürgerwerkstatt
Montag	Nähwerkstatt 10.00–14.00 Uhr Bürgerwerkstatt	Holzwerkstatt 13.00–17.00 Uhr Bürgerwerkstatt	Süßes Mittagessen** 12.00 Uhr Café Blickwechsel	Gesprächskreis mit Weltmusik 2. & 4. Freitag im Monat 10.00 Uhr Café Blickwechsel
Hausgemachtes Mittagessen** 12.00 Uhr Café Blickwechsel	Eintopf-Mittagessen** 12.00 Uhr Café Blickwechsel	Kaffee, Spiele und Gespräche 14.00 Uhr Café Blickwechsel	Holzwerkstatt 13.00–15.00 Uhr Bürgerwerkstatt	Essen, Leben und Genießen** 1. & 3. Freitag im Monat 10.00 Uhr (nur telefonisch)
Kaffee, Spiele und Gespräche 14.00 Uhr Café Blickwechsel	Kaffee, Spiele und Gespräche 14.00 Uhr Café Blickwechsel	SHG „Liebe zur Angst“ ungerade Kalenderwochen 16.30–18.30 Uhr Café Blickwechsel	Kaffee, Spiele und Gespräche 14.00 Uhr Café Blickwechsel	Yoga** 11.00–12.00 Uhr Café Blickwechsel
Schreibgruppe Blutmond 1. & 3. Montag im Monat 16.00–18.00 Uhr Café Blickwechsel	SHG Motivation bei Depression 16.30–18.30 Uhr Café Blickwechsel	SHG "Soziale Phobien" 1. & 3. Mittwoch im Monat 17.00–19.00 Uhr Beratungsstelle	"Hoffnung" bei Depressionen** 1. & 3. Donnerstag im Monat 15.00 Uhr Café Blickwechsel	Hausgemachtes Mittagessen** 12.00 Uhr Café Blickwechsel
			"Anfang" bei Depressionen** 17.30–19.30 Uhr Beratungsstelle	Kaffee, Spiele und Gespräche 14.00 Uhr Café Blickwechsel

**Zur Planung bitten wir um Anmeldung unter Tel. 0341 56114-0 oder per Mail unter: blickwechsel@diakonie-leipzig.de

Januar 2023

Wir wünschen Ihnen ein segensreiches Neues Jahr mit viel Gesundheit und guter Hoffnung!
Wir starten mit einigen neuen Angeboten: einem Bandprojekt, einer neuen Gesprächsgruppe und zwei neuen Selbsthilfegruppen zu den Themen Depression und Angststörungen.

- So 01.01. Feiertagsgruppe am 1. Tag des Neuen Jahres**
14.00–18.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- So 08.01. Sonntagsbrunch mit Spaziergang**
Maximale Teilnehmerzahl: 12 Personen
Anmeldung bis 04.01.2023**
10.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Do 12.01. NEUES MUSIKANGEBOT**
1. Treffen Bandprojekt Blickwechsel
Haben Sie Lust, gemeinsam Musik zu machen? Wir wollen ein Bandprojekt starten und suchen Menschen mit guten Ideen, Instrument oder Stimme. Wir treffen uns hier zum ersten Ideenaustausch.
15.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Fr 13.01. Literarischer Tee**
Ausblick auf das Jahr. Mit Geschichten und Gedichten von Annette Cotta, Rudi Strahl, Georg Maurer u.a. werden wir ein wenig in die Monate des Jahres eintauchen in ihrer allgemeinen Besonderheit und Eigenheit für die Autoren. Es liest Uwe Froehlich, am E-Piano: Ferdinand Raabe
15.45 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13

- Sa 21.01. Spaziergang zum Auensee mit Andreas Krauß**
Straßenbahnfahrt nach Wahren, um von hier um den Auensee und wieder zurück zu spazieren (gesamt etwa 3 bis 4 km).
Anmeldung bis 19.01.2023**
Treff: 13.30, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
oder ca. 13.45 Uhr an der Haltestelle „Wahren (Rathaus)“
- Mo 23.01. Messie-Frühstück im Café Blickwechsel**
Sind Sie oder ein Angehöriger betroffen? Kommen Sie zu unserem gemeinsamen Frühstück in Austausch und berichten Sie von Erfahrungen und möglichen Hilfen.
Unkostenbeitrag für das Frühstück: 2,00-3,00 €. Anmeldung bis 18.01.2023**
10.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Do 26.01. NEUE GESPRÄCHSGRUPPE**
Mein Leben hat viele Wege
Sie sind herzlich eingeladen miteinander ins Erzählen zu kommen – von alltäglichen sowie besonderen Erfahrungen, von traurigen sowie ermutigenden Momenten ... vom Leben halt. Mit Marion Schöbe.
15.00 Uhr, Beratungsstelle, Eisenacher Str. 44
- Fr 27.01. Literaturgespräch**
15.30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13

Februar 2023

- Mi 01.02. Kulturgruppe**
Thema: Georg Philipp Telemann
16.00–17.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Do 09.02. Bandprojekt Blickwechsel**
Ideenaustausch und erstes gemeinsames Musizieren für alle, die Lust haben, gemeinsam Musik zu machen.
15.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Fr 10.02. Literarischer Tee**
Thema: Urlaubserlebnisse. „Ich schlafe in einem Schloss heut' Nacht“ und andere Geschichten aus meinen Tagebüchern. Es liest Roland Seidel. Musikalische Umrahmung: Doreen Fenske
15.45 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Sa 11.02. Spaziergang entlang der Parthe mit Andreas Krauß**
Fahrt mit Bus 90 zum Stannebeinplatz. Von hier spazieren wir durch den Mariannenpark, entlang der Parthe, vorbei am Schloss Schönefeld, durch den Abtaundorfer Park und bis zum Naturbad „Bagger“ nach Thekla (etwa 5 km). Zurück mit der Straßenbahn.
Anmeldung bis 10.02.2023**
Treff: 13.30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
oder ca. 13.55 Uhr Stannebeinplatz
- So 12.02. Sonntagsbrunch mit Spaziergang**
Maximale Teilnehmerzahl: 12 Personen
Anmeldung bis 08.02.2023**
10.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13

- Sa 18.02. Das Café ruft „Hellau“**
Das Café lädt zum Fasching ein, drum lasst zusammen fröhlich sein.
Anmeldung bis 15.02.2023**
15.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Fr 24.02. Literaturgespräch**
15.30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Do 23.02. Mein Leben hat viele Wege**
Sie sind herzlich eingeladen miteinander ins Erzählen zu kommen – von alltäglichen sowie besonderen Erfahrungen, von traurigen sowie ermutigenden Momenten ... vom Leben halt. Mit Marion Schöbe.
14.00 Uhr, Beratungsstelle, Eisenacher Str. 44
- Di 28.02. NEUES ANGEBOT: Ideen-Frühstück**
Wir freuen uns auf einen konstruktiven Austausch, mit neuen Gedanken und Ideen beim gemeinsamen Frühstück mit unseren Mitarbeitenden.
09.30–11.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13

NEU! Ideen-Frühstück

Wir geben der Hausversammlung des Psychosozialen Gemeindezentrums Blickwechsel einen neuen Rahmen: Immer am 4. Dienstag aller 2 Monate laden wir Sie zum gemeinsamen Frühstück und Ideenaustausch ein. Sie können mit unseren Mitarbeitenden ins Gespräch kommen und sich aktiv in das Gemeindezentrum einbringen.

März 2023

- Mi 01.03. Kulturgruppe**
Thema: Konzert mit Doreen Fenske
16.00–17.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Do 09.03. Bandprojekt Blickwechsel**
Ideenaustausch und gemeinsames Musizieren für alle, die Lust haben, gemeinsam Musik zu machen.
15.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Fr 10.03. Literarischer Tee**
Thema: Zwischen Mythos und Moderne. „Wotan im Supermarkt“. Gedichte und Geschichten von Daniel Arzt. Es liest Daniel Arzt. Am E-Piano: Ferdinand Raabe
Treff: 15.45 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- So 12.03. Sonntagsbrunch mit Spaziergang**
Maximale Teilnehmerzahl: 12 Personen
Anmeldung bis 10.03.2023**
10.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Sa 18.03. Spaziergang durch den Schlosspark Lützschena mit Andreas Krauß**
Straßenbahnfahrt nach Lützschena. Von hier spazieren wir zum und durch den Schlosspark und wieder zurück (gesamt etwa 4 km).
Anmeldung bis 15.03.2023**
Treff: 13.30, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
oder ca. 14.00 an der Haltestelle „Lützschena“.

- Do 23.03. Mein Leben hat viele Wege**
Sie sind herzlich eingeladen miteinander ins Erzählen zu kommen – von alltäglichen sowie besonderen Erfahrungen, von traurigen sowie ermutigenden Momenten ... vom Leben halt. Mit Marion Schöbe.
14.00 Uhr, Beratungsstelle, Eisenacher Str. 44
- Fr 24.03. Literaturgespräch**
15.30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Sa 25.03. Ehrenamtsfrühstück**
Anmeldung bis 22.03.2023**
10.00–13.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- Mo 27.03. Messie-Frühstück im Café Blickwechsel**
Sind Sie oder ein Angehöriger betroffen? Kommen Sie zu unserem gemeinsamen Frühstück in Austausch und berichten Sie von Erfahrungen und möglichen Hilfen. Unkostenbeitrag für das Frühstück: 2,00-3,00 €. Anmeldung bis 24.3.2023**
10.00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13

Ehrenamtsfrühstück

Am Samstag, den 25.3.2023 von 10-13 Uhr laden wir alle ehrenamtlichen Helfer:innen und Gruppenleiter:innen zum gemeinsamen Frühstück in das Café Blickwechsel ein. Wir freuen uns auf einen regen Austausch!

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

Beratungsstelle

3

Eisenacher Str. 44
04155 Leipzig
(0341) 561 14 - 0

Öffene Sprechzeiten:

Mo 09.00 – 10.00 Uhr
Mi 14.00 – 15.00 Uhr
Do 10.00 – 11.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung. Terminvergabe täglich 8.00-12.00 Uhr
Außerhalb dieser Zeit ist ein Anrufbeantworter für Ihre Rückrufbitte geschaltet.

In der Einzelberatung erhalten Sie Unterstützung und Hilfe in stabilisierenden und orientierenden Gesprächen. Wir begleiten Sie bei der Suche nach angemessenen weiterführenden Hilfen oder vermitteln diese.

Das Beratungsangebot ist frei zugänglich für seelisch erkrankte Menschen und deren Angehörige in persönlichen, gesundheitlichen und familiären Krisensituationen oder schwierigen Lebensphasen. Eine vorherige Terminvereinbarung ist sinnvoll und ermöglicht ein störungsfreies Beratungsgespräch.

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

Kreative Bürgerwerkstatt

2

Eisenacher Str. 68
(Hofgebäude rechts 1.OG)
04155 Leipzig
(0341) 462 43 - 94

Öffnungszeiten:

Mo 12.00 – 15.00 Uhr
Di 09.00 – 15.00 Uhr
Mi 13.00 – 17.00 Uhr
Do 09.00 – 17.00 Uhr
Fr 09.00 – 12.00 Uhr
1. + 3. im Monat

Die kreative Bürgerwerkstatt ist offen für alle Menschen, die gern mit Holz arbeiten, nähen oder sich mit anderen Materialien ausprobieren möchten. Es können Geschenke hergestellt, kleine Reparaturen vorgenommen oder ganz eigene Ideen verwirklicht werden. Dabei bieten die fachkundigen Mitarbeitenden gern Unterstützung an. Neben den offenen Werkstattzeiten finden unterschiedliche Kreativkurse statt.

Weitere besondere Wohnform (wbW) Weitere besondere Wohnform Flex (wbW Flex)

früher: Ambulant Betreutes Wohnen

4

Kirschbergstraße 65
04155 Leipzig
(0341) 25 39 79 - 23, -25, -27

Die weiteren besonderen Wohnformen (ehemals Ambulant betreutes Wohnen) ermöglichen eine regelmäßige Unterstützung und Begleitung von psychisch erkrankten Menschen in den "eigenen vier Wänden". Die Hilfen orientieren sich an den individuellen Bedürfnissen der Betroffenen. Feste Bezugspersonen unterstützen z. B. bei: Aktivitäten des täglichen Lebens, der Haushaltsorganisation, sozialen und persönlichen Schwierigkeiten, beim Umgang mit der Erkrankung, beruflichen Wegen und der Tagesgestaltung. Bei einem erhöhtem Betreuungsbedarf kann in der flexiblen Form der Stundenumfang individuell angepasst werden.

Therapie

Praxis für Ergotherapie

2

Eisenacher Str. 68
(Hofgebäude rechts 1.OG)
04155 Leipzig
(0341) 462 43 - 95

In der Ergotherapie werden Aktivitäten und Handlungen spezifisch und ressourcenorientiert eingesetzt. Ziel ist es, die Handlungsfähigkeit im Alltag, die gesellschaftliche Teilhabe und die Lebensqualität zu verbessern. Es bestehen unterschiedliche Angebote als Einzel- und Gruppentherapie:

- Gruppentraining sozialer Kompetenzen
- Kreativgruppe
- Genussstraining
- Gestalterischer Ausdruck
- Hirnleistungstraining
- Belastungserprobung
- Kochgruppe
- Hausbesuch



Kontakt

Diakonisches Werk Innere Mission Leipzig e.V.
Psychosoziales Gemeindezentrum BLICKWECHSEL
Eisenacher Straße 44, 04155 Leipzig
Tel.: (0341) 561 14 - 0
Fax.: (0341) 561 14 - 19
E-Mail: blickwechsel@diakonie-leipzig.de
Internet: www.blickwechsel.diakonie-leipzig.de
www.facebook.com/pgz.blickwechsel

Mirjam Heeger
(Einrichtungsleiterin)
E-Mail: mirjam.heeger@diakonie-leipzig.de

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

Café Blickwechsel

1

Mottelerstr. 13
04155 Leipzig
(0341) 462 43 33 - 61

Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Fr 11.00 – 18.00 Uhr
Di, Do 09.00 – 18.00 Uhr
2. So im Monat 10.00 – 13.00 Uhr

Das Café Blickwechsel ist ein ruhiger Ort im Leipziger Norden für seelisch belastete und psychiatrienerfahrene Gäste. Hier treffen sich Menschen, die ähnliche Erfahrungen teilen, Gespräch und Kontakte suchen und sich zu gemeinsamen Aktivitäten verabreden. Zudem können verschiedene Gruppenangebote und Beschäftigungsmöglichkeiten genutzt werden. Im geschützten Rahmen des Cafés gibt es kostengünstige, gesunde Mahlzeiten: gemeinsame Frühstücksangebote, Mittagessen, Kuchen und Salate aus eigener Herstellung.

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

Selbsthilfe / sozialpädagogische Gruppenangebote/ Ehrenamt

3

Eisenacher Str. 68
04155 Leipzig
(0341) 561 14 - 0

Die vielfältigen Gruppenangebote des Gemeindezentrums bieten thematische Anregungen für Ihren Alltag und machen Gemeinschaft erlebbar. Es gibt offene und geschlossene Bildungs-, Freizeit- und Begegnungsgruppen sowie Selbsthilfegruppen, in denen sich die Teilnehmenden gegenseitig unterstützen. Im Ehrenamt können Interessierte einige Stunden in der Woche selbst aktiv werden. Es stehen verschiedene Tätigkeitsbereiche zur Verfügung, u. a. im Café, der Werkstatt oder dem Besuchsdienst. Gern können Sie auch eigene Ideen und Angebote umsetzen.

besondere Wohnform (bw)

früher: Außenwohngruppe

4

Kirschbergstraße 65
04155 Leipzig
(0341) 25 39 79 - 22, -23

Die besondere Wohnform (ehemals Außenwohngruppe) ist eine ambulante Wohnform für psychisch erkrankte Menschen, die sich das Wohnen in einer eigenen Wohnung (noch) nicht zutrauen und Unterstützung benötigen. Die Wohngemeinschaften für je 2–3 Bewohner:innen liegen im Stadtteil Gohlis. Die Mitarbeitenden unterstützen im Haushalt, beim Umgang mit Geld, bei Behördengängen und Arztbesuchen, aber auch beim Kennenlernen der eigenen Erkrankung, dem Aufbau sozialer Netzwerke und der Gestaltung einer Tagesstruktur. Neben Einzelbetreuung und Gruppenangeboten strukturieren die Bewohner:innen den Alltag und die betreuungsfreie Zeit selbst.

Hier finden Sie uns



1 Café Blickwechsel
Mottelerstr. 13

2 Ergotherapie / Bürgerwerkstatt
Eisenacher Str. 68

3 Beratungsstelle
Eisenacher Str. 44

4 Büro Besondere Wohnformen
Kirschbergstr. 65

Spendenkonto

Diakonie Leipzig
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE64 8602 0500 0003 4650 50
BIC: BFSWDE33LPZ
Betreff: Blickwechsel + Adresse des Absenders

Sie können uns auch auf unserer Webseite www.spenden.diakonie-leipzig.de durch eine Onlinespende unterstützen.

Gefördert durch:



Freistaat Sachsen, Stadt Leipzig, Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben, Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens e.V., Aktion Mensch