







Diakonie für seelische Balance



Diakonisches Werk
Innere Mission
Leipzig e. V.

-  Café Blickwechsel
-  Beratungsstelle
-  Ambulant Betreutes Wohnen
-  Außenwohngruppe
-  Kreative Bürgerwerkstatt
-  Praxis für Ergotherapie

Juli – September 2018

BLICKwechsel

Psychosoziales
Gemeindezentrum
für seelische
Gesundheit

Gruppen-Wochenübersicht

Mo	Di	Mi	Do	Fr
Geburtstagskaffeetrinken 1. Montag im Monat 14:30 Uhr Café Blickwechsel	Offenes Frühstück 09:30 Uhr Café Blickwechsel	Interkulturelle Nähwerkstatt 14:00–18:00 Uhr Bürgerwerkstatt	Offenes Frühstück 09:30 Uhr Café Blickwechsel	Lust am Essen - trotz Medi's 1. & 3. Freitag im Monat 09:00 Uhr Café Blickwechsel
Spielenachmittag 14:00 Uhr Café Blickwechsel	Offenes Kreativangebot in der Werkstatt 10:00–12:00 Uhr Bürgerwerkstatt	Spielenachmittag 14:00 Uhr Café Blickwechsel	Spielenachmittag 14:00 Uhr Café Blickwechsel	Foto-Gruppe 2. & 4. Freitag im Monat 09:00 Uhr Café Blickwechsel
	Handarbeiten 2. & 4. Dienstag im Monat 14:00–16:00 Uhr Café Blickwechsel	Kulturgruppe 1. Mittwoch im Monat Treff: 15:00 Uhr Café Blickwechsel	„Hoffnung“ bei Depressionen 1. & 3. Donnerstag im Monat 15:00 Uhr Café Blickwechsel *	Singegruppe 10:15–11:15 Uhr Café Blickwechsel
	Tierheimgruppe Treff: 14:00 Uhr Eisenacher Str. 37 Bitte Fahrkarte mitbringen	„Soziale Phobien“ 1. & 3. Mittwoch im Monat 17:00–19:00 Uhr Café Blickwechsel	Vorlese-Café 2. Donnerstag im Monat 16:00 Uhr Café Blickwechsel	Spielenachmittag 14:00 Uhr Café Blickwechsel
	Spielenachmittag 14:00 Uhr Café Blickwechsel	Angehörige von Messias Letzter Mittwoch im Monat 17:00 Uhr Beratungsstelle	Erzähl-Café 4. Donnerstag im Monat 16:00 Uhr Café Blickwechsel	
			„Anfang“ bei Depressionen 17:00–19:00 Uhr Beratungsstelle *	

Wenn Sie sich für eines der Angebote interessieren, nehmen Sie bitte Kontakt unter 0341.561140 zu uns auf!
* Neue Mitglieder bitte vorher anmelden.

Juli 2018

- 02.07. Geburtstagskaffeetrinken**
Für alle Besucher*innen, die im Vormonat Geburtstag hatten. Andere Gäste sind herzlich willkommen.
14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 04.07. Gemeinsame Fahrradtour zum Auensee ...**
... und bei guter Fitness noch ein Stück weiter an der Lupe entlang. Wer möchte, bringt sich ein kleines Picknick (Snacks und Getränke) mit. Bei Fragen können Sie sich an Frau El Choura 0341.25397922 oder Frau Lütke Deckenbrock 0341.25397927 wenden. Wir bitten um vorherige Anmeldung bei den Kolleginnen.
Treff: 10:30 Uhr, vor dem AWG-Büro, Eisenacher Str. 37
- 04.07. EA-Treffen**
Für alle Ehrenamtlichen im Café und der Bürgerwerkstatt.
14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 05.07. Werkstatt-Forum**
Für alle Interessent*innen und Helfer*innen in der Bürgerwerkstatt.
12:15 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68
- 06.07. Frühstück in der Bürgerwerkstatt**
09:30–11:30 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68
- 08.07. Sonntagsbrunch**
10:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 21.07. Workshop: Bewusst bewegen und Entspannen mit Yoga**
In diesem Workshop (Dauer ca. 150 min.) lernen Sie Übungen und Werkzeuge kennen, die dazu beitragen, dass Sie sich besser fühlen, besser schlafen und besser bewegen können. Die Übungen schulen das Körperbewusstsein, die Stabilität und Beweglichkeit und fördern Entspannung. Es sind keine Vorerfahrungen notwendig und alle Fähigkeitsniveaus sind willkommen, da die Übungen flexibel auf Ihr Fähigkeitsniveau und Ihre Bedürfnisse angepasst werden können! Es wird drei Teile geben: Im ersten Teil werden Sie sich Erwärmen und Übungen zur Stabilisierung der Wirbelsäule kennenlernen. Im zweiten Teil werden Sie mithilfe von Dehn- und Stärkungsübungen den eigenen Körper erforschen. Im dritten Teil werden Sie eine ausführliche Entspannung im Liegen durchführen. Mitzubringen sind bitte: bequeme Kleidung, ein kleines Handtuch und ggf. eine Yogamatte. Teilnehmerzahl: max. sechs Personen. Verbindliche Anmeldung bis 19.07.18 unter: 0341.561140
14:00 Uhr, Ergotherapie, Eisenacher Str. 68
- 30.07. Vollversammlung des PSGZ**
Für alle Kolleg*innen, Klient*innen und Interessent*innen.
15:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13

August 2018

- 01.08. EA-Treffen**
Für alle Ehrenamtlichen im Café und der Bürgerwerkstatt.
14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 02.08. Werkstatt-Forum**
Für alle Interessent*innen und Helfer*innen in der Bürgerwerkstatt.
12:15 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68
- 03.08. Frühstück in der Bürgerwerkstatt**
09:30–11:30 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68
- 06.08. Geburtstagskaffeetrinken**
Für alle Besucher*innen, die im Vormonat Geburtstag hatten. Andere Gäste sind herzlich willkommen.
14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 12.08. Sonntagsbrunch**
10:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 15.08. Finissage der Ausstellung im Café „Tiere und Landschaften in Pastellkreide und Öl“**
von und mit dem Maler Andreas Schmidt und Uwe Froehlich
15:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 16.08. Psychosoziales Gesprächsforum zum Thema „Politik und Lüge“**
16:00–17:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 18.08. Workshop: Bewusst bewegen und Entspannen mit Yoga**
Der Workshopinhalt entspricht dem Yoga-Angebot vom 21.07.18. Mitzubringen sind bitte: bequeme Kleidung, ein kleines Handtuch und ggf. eine Yogamatte. Teilnehmerzahl: max. sechs Personen. Verbindliche Anmeldung bis 16.08.18 unter: 0341.561140
14:00 Uhr, Ergotherapie, Eisenacher Str. 68
- 23.08. Feuerabend – Naturerlebnis mit Essen am Feuer und Musik**
Jede/r ist eingeladen sich zu beteiligen. Bitte bringen Sie nach Möglichkeit eine Handvoll Gemüse mit, woraus über dem Feuer eine Suppe bereitet werden soll. Dazu sollen schöne Lieder gesungen werden. Wenn Sie Lust haben, können Sie gern Ihre Instrumente mitbringen. Anmeldung bitte bis 20.08.18 bei Herrn Dittrich 0341.5611421 oder Herrn Graf 0341.5611420.
- 27.08. Elefant, Tiger & Co. – Ausflug in den Leipziger Zoo**
Wir laden alle Klient*innen unseres Gemeindezentrums zu einem gemeinsamen Zoobesuch ein. Aus Spendengeldern können wir Ihnen den Eintritt reduzieren. Ein Eigenanteil von 5 € p.P. und Verpflegung sind bitte mitzubringen. Teilnehmerzahl: 20 Personen. Verbindliche Anmeldung bis 16.08.18 bei Frau Angeli 0341.561140 oder Herrn Graf 0341.5611420
09:00–15:00 Uhr, Treffpunkt vor dem Zooeingang

September 2018

- 01.09. Nacht der Kunst im Café Blickwechsel**
Ab 15:00 Uhr Kreativangebot der Bürgerwerkstatt
17:00 Uhr Vernissage mit dem Maler Heiko Rotter „Impressionen und Porträts“. Musik: Andreas Linde/Doreen Fenske
18:00 Uhr Lesung mit Brigitta Lehmann: „Leipzig und seine Gewässer“. 15:00–20:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 03.09. Geburtstagskaffeetrinken**
Für alle Besucher*innen, die im Vormonat Geburtstag hatten. Andere Gäste sind herzlich willkommen.
14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 05.09. EA-Treffen**
Für alle Ehrenamtlichen im Café und der Bürgerwerkstatt.
14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 06.09. Werkstatt-Forum**
Für alle Interessenten und Helfer in der Bürgerwerkstatt
12:15 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68
- 07.09. Frühstück in der Bürgerwerkstatt**
09:30–11:30 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68
- 08.09. Literarischer Tee „Der Name der Rose“ von Umberto Eco.**
In einer Benediktinerabtei, in der mysteriöse Morde geschehen, spielt sich ein Konflikt zwischen dem Papst und dem Mönchsorden ab. Es liest Thomas Neuber. Am Piano: Doreen Fenske. 15:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 09.09. Sonntagsbrunch**
10:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 15.09. 19. Tag der Begegnung für Menschen mit und ohne Behinderung**
Freuen Sie sich auf Kreativangebote und ein buntes Mitmachprogramm. Über Unterstützung und Besucher*innen würden wir uns freuen.
10:00–15:00 Uhr, Neues Rathaus, Martin-Luther-Ring 4–6
- 22.09. Geführte Fahrradtour nach Delitzsch**
Mit dem Rad geht es nach Delitzsch. Nach dem Mittagessen besuchen Sie die Ausstellung über den 30-jährigen Krieg „Kampf und Leid“ im Barockschloss. Die Rückfahrt erfolgt mit dem Rad oder der Bahn. Rückkehr gegen 18 Uhr. Verbindliche Anmeldung bitte bis 17.09.18 unter: 0341.561140.
Treff: 09:30 Uhr vor der Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68
- 24.09. Vollversammlung des PSGZ**
Für alle Kolleg*innen, Klient*innen und Interessent*innen.
15:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 24.09. EANA-Treffen der ehrenamtlichen Gruppenleiter*innen**
16:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
- 27.09. Herbstfest des Gemeindezentrums**
Mit buntem Programm und BINGO
15:00–18:00 Uhr, Bürgerwerkstatt/Ergotherapie, Eisenacher Str. 68

Psychosoziales Gemeindezentrum Blickwechsel – Aktuelles

Allen Leser*innen dieses Programmheftes wünschen wir einen sonnigen Sommer mit der nötigen Abwechslung von Sonne und erfrischendem Regen! Wie immer an dieser Stelle möchten wir Sie auf einige besondere Programmpunkte hinweisen: Wir laden Sie zu zwei besonderen Workshop-Angeboten ein, welche wir nur in diesem Sommer am 21. Juli und 18. August für Sie bereithalten können: **Bewusst bewegen und Entspannen mit YOGA!** In diesen Workshops (Dauer ca. 2,5 Stunden) werden Sie Übungen und Werkzeuge kennenlernen, die dazu beitragen, dass Sie sich besser fühlen, besser schlafen und besser bewegen können. Die Übungen schulen das Körperbewusstsein, die Stabilität und Beweglichkeit und fördern Entspannung. Es sind keinerlei Vorerfahrungen notwendig. Die Übungen werden flexibel auf Ihr Fähigkeitsniveau und Ihre Bedürfnisse angepasst. Beide Workshops sind jeweils in drei Teile gegliedert: Im ersten Teil werden Sie sich erwärmen und Übungen zur Stabilisierung der Wirbelsäule kennenlernen. Im zweiten Teil werden Sie mithilfe von Dehn- und Stärkungsübungen den eigenen Körper erforschen. Im dritten Teil werden Sie eine ausführliche Entspannung im Liegen durchführen. Die Workshops finden in den

hellen Räumen der Ergotherapie statt. Es gibt pro Workshop Platz für max. sechs Personen, daher bitten wir um Ihre Anmeldung. Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, ein kleines Handtuch und ggf. eine Yogamatte. Die weiteren Daten und Anmeldebedingungen für die Workshops entnehmen sie bitte den Einträgen im Programmheft. Im September erwarten Sie einige Veranstaltungen an den Wochenenden. Den Anfang macht die Nacht der Kunst am 1. September. Weiter geht es mit dem Gemeindefest in der Michaelis-Friedensgemeinde, dem Tag der Begegnung im Rathaus und unserem Herbstfest. Sie sind herzlich eingeladen, sich zu beteiligen, zu unterstützen oder einfach dabei zu sein! Verabschieden wollen wir uns von unserem Bundesfreiwilligen Herrn Leichsenring, der die Arbeit im Café nunmehr seit 18 Monaten unterstützt und bereichert hat. Auch in der Werkstatt werden unsere beiden Bundesfreiwilligen Frau Kupke und Herr Moritz die Arbeit beenden. Auch an sie einen herzlichen Dank für alle Mühen und Ideen. Auch unsere Verwaltungskraft Frau Weiße-Engler verabschieden wir ganz herzlich aus unserem Gemeindezentrum. Sie wird der Diakonie erhalten bleiben und hat eine schöne berufliche Perspektive gefunden. Wir wünschen allen einen guten und gesegneten weiteren Lebensweg!

Herzliche Sommergrüße von Ihrem Blickwechsel - Team

Café Blickwechsel

Mottelerstr. 13
04155 Leipzig
0341.46 24 33-61

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do, Fr 09:00–18:30 Uhr
Mi 11:00–18:30 Uhr
So 14:00–18:30 Uhr



Mit dem Café Blickwechsel gibt es im Leipziger Norden einen Ort, an dem seelisch belastete und psychiatrienerfahrene Besucher an sieben Tagen der Woche einfach „unter Menschen sind“, Gesprächspartner finden, Kontakte knüpfen, sich zu gemeinsamen Aktivitäten verabreden oder sich über ihre Alltagserlebnisse austauschen.

An den Wochentagen gibt es Mittagessen zu sozial verträglichen Preisen. Auch alle interessierten Bürger, Freunde und Angehörigen sind hier herzlich willkommen.

Beratungsstelle

Eisenacher Str. 44
04155 Leipzig
0341.561 14-0

Offene Sprechzeiten:

Di 11:00–12:00 Uhr
Mi 15:00–16:00 Uhr



Termine nach Vereinbarung.
Terminvergabe täglich 08:00 – 12:00 Uhr. Außerhalb dieser Zeit ist ein Anrufbeantworter für Ihre Rückrufbitte geschaltet.

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

Vielfältige Gruppenangebote bieten Anregungen für Ihren Alltag und machen Gemeinschaft erlebbar. Es gibt offene und geschlossene Bildungs-, Freizeit- und Begegnungsgruppen sowie Selbsthilfegruppen, in denen sich die Teilnehmer gegenseitig unterstützen.

Ambulant Betreutes Wohnen

Eisenacher Str. 37
04155 Leipzig
0341.25 39 79-22, -27
0341.56 11 421



Das Ambulant Betreute Wohnen bietet eine regelmäßige Begleitung und Unterstützung psychisch erkrankter Menschen beim selbstständigen Wohnen in den „eigenen vier Wänden“. Es orientiert sich an den konkreten Bedürfnissen seiner Nutzerinnen und Nutzer.

Feste Bezugspersonen (SozialarbeiterInnen) stehen Ihnen bei: in Aktivitäten des täglichen Lebens, in sozialen Schwierigkeiten, in zwischenmenschlichen Problemen, im Umgang mit der Erkrankung, in der Suche nach einer befriedigenden Tagesgestaltung oder einer beruflichen Tätigkeit.

Außenwohngruppe

Eisenacher Str. 37
04155 Leipzig
0341.25 39 79-22, -23, -25



Die Außenwohngruppe ist eine stationäre Wohnform für psychisch erkrankte Menschen, die sich das Wohnen in einer eigenen Wohnung (noch) nicht zutrauen und intensive Unterstützung benötigen. Die betreuungsfreien Zeiten sollten sie aber schon gut bewältigen können. Feste Bezugspersonen (SozialarbeiterInnen) unterstützen bei Haushaltsführung, Geldeinteilung, Behördengängen und Arztsuche, aber auch beim Kennenlernen der eigenen Erkrankung, dem Aufbau sozialer Netzwerke und der Gestaltung einer sinnvollen Tagesstruktur.

Die Hilfe richtet sich nach dem individuellen Bedarf.

Kreative Bürgerwerkstatt

Eisenacher Str. 68
(Hofgebäude rechts)
04155 Leipzig
0341.462 43-94



Öffnungszeiten:

Mo 12:00–15:00 Uhr
Di 09:00–15:00 Uhr
Mi, Do 13:00–18:00 Uhr
Fr 09:00–12:00 Uhr

In der Bürgerwerkstatt kann sich jedermann ausprobieren, der gern mit Holz arbeitet oder sich mit anderen Werkstoffen anfreunden möchte.

Die Bürgerwerkstatt bietet auch kreative Kurse an. Sie können Geschenke herstellen, kleine Reparaturen vornehmen oder ganz eigene Ideen verwirklichen. Arbeiten und Vergnügen an der frischen Luft – der Schrebergarten des Blickwechsels bietet dazu viel Gelegenheit.

Praxis für Ergotherapie

Eisenacher Str. 68
(Hofgebäude rechts)
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:

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



Kontakt

Diakonisches Werk Innere Mission Leipzig e.V.
Psychosoziales Gemeindezentrum BLICKWECHSEL
Eisenacher Straße 44, 04155 Leipzig
Tel.: 0341.56114-0
Fax: 0341.56114-19
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

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



- 1 Café Blickwechsel
Mottelerstr. 13
- 2 Ergotherapie / Bürgerwerkstatt
Eisenacher Str. 68
- 3 Beratungsstelle
Eisenacher Str. 44
- 4 Außenwohngruppe /
Ambulant Betreutes Wohnen
Eisenacher Str. 37

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

Diakonie 
Vielfalt für das Leben 

