

**Diakonie für seelische Balance**



Diakonisches Werk  
Innere Mission  
Leipzig e. V.

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

Januar - März 2018

**BLICKwechsel**

Psychosoziales  
Gemeindezentrum  
für seelische  
Gesundheit

**Gruppen-Wochenübersicht**

Mo	Di	Mi	Do	Fr
<b>Lust am Essen - trotz Medi's</b> 1. & 3. Montag im Monat 09:00 Uhr Café Blickwechsel	<b>Offenes Frühstück</b> 9:30 Uhr Café Blickwechsel	<b>Interkulturelle Nähwerkstatt</b> 14:00–18:00 Uhr Bürgerwerkstatt	<b>Offenes Frühstück</b> 9:30 Uhr Café Blickwechsel	<b>Frühstück in der Bürgerwerkstatt</b> 1. Freitag im Monat 9:30–11:30 Uhr Bürgerwerkstatt
<b>Foto-Gruppe</b> 2. & 4. Montag im Monat 09:00 Uhr Café Blickwechsel	<b>Handarbeiten</b> 2. & 4. Dienstag im Monat 14:00–16:00 Uhr Café Blickwechsel	<b>Spielenachmittag</b> 14:00 Uhr Café Blickwechsel	<b>Spielenachmittag</b> 14:00 Uhr Café Blickwechsel	<b>Singegruppe</b> 10:15–11:15 Uhr Café Blickwechsel
<b>Progressive Muskelentspannung</b> 11:15 Uhr Café Blickwechsel	<b>Tierheimgruppe</b> Treff: 14:00 Uhr Eisenacher Str. 37 Bitte Fahrkarte mitbringen	<b>„Soziale Phobien“</b> 1. & 3. Mittwoch im Monat 17:00–19:00 Uhr Café Blickwechsel	<b>„Hoffnung“ bei Depressionen</b> 1. & 3. Donnerstag im Monat 15:00 Uhr Café Blickwechsel	<b>Spielenachmittag</b> 14:00 Uhr Café Blickwechsel
<b>Kreatives Schreiben für die Seele</b> 1. & 3. Montag im Monat 16:30 Uhr Café Blickwechsel	<b>Spielenachmittag</b> 14:00 Uhr Café Blickwechsel		<b>„Anfang“ bei Depressionen</b> 17:00–19:00 Uhr Beratungsstelle	<b>Freiraum Ausprobieren, was Spaß macht</b> 2. & 4. Freitag im Monat 15:00–17:00 Uhr Bürgerwerkstatt
<b>Spielenachmittag</b> 14:00 Uhr Café Blickwechsel	<b>Emotions Anonymous</b> 18:30–20:00 Uhr Café Blickwechsel			

Wenn Sie sich für eines der Angebote interessieren, nehmen Sie bitte Kontakt unter 0341/561140 zu uns auf!

**Januar**

<b>01.01. Neujahrsspaziergang mit gemeinsamem Mittagessen</b> Treff: 10:15 Uhr Eingang Neues Rathaus Rückmeldungen bis 28.12.17 unter 0341. 561140. Bitte auf den Anrufbeantworter sprechen!	<b>13.01. Literarischer Tee</b> „Alt werden ist nichts für Feiglinge“ von Joachim Fuchsberger. Ein Ratgeber in kleinen Geschichten zur Erbauung. Es liest Helmburg Marci. 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
<b>03.01. EA-Treffen</b> Für alle Ehrenamtlichen im Café und der Bürgerwerkstatt. 14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	<b>14.01. Sonntagsbrunch</b> 10 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
<b>04.01. Werkstatt-Forum</b> Für alle Interessenten und Helfer in der Bürgerwerkstatt. 12:15 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68	<b>18.01. Vernissage</b> Leipzig von oben – Fotografien von Dieter Polenz. 17 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
<b>08.01. Geburtstagskaffeetrinken</b> Für alle Besucher, die im Vormonat Geburtstag hatten. Andere Gäste sind herzlich willkommen. 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	<b>21.01. Komödie „Der Gott des Gemetzels“</b> 16 Uhr – ca. 17:30 Uhr, Schauspielhaus; Bosestr. 1 Treff: 15:45 Uhr, Eingang Schauspielhaus Anmeldung und Bezahlung der Karten (Vollzahler: 17 €, Schwerbehinderte 12 €, Inhaber Leipzig-Pass 8,50 €) bis 11.01.18 im Büro Verwaltung Eisenacher Str. 44
<b>11.01. Psychosoziales Gesprächsforum</b> Wir möchten mit Ihnen über politische Entwicklungen ins Gespräch kommen. Bringen Sie Ihre Fragen mit! Verbindliche Anmeldung unter: 0341. 25397925 16:00 – 17:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	<b>29.01. Vollversammlung und Infoveranstaltung zur Freizeitfahrt</b> 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
	<b>29.01. EANA-Treffen der ehrenamtlichen Gruppenleiter</b> 16:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13

**Februar**

<b>01.02. Werkstatt-Forum</b> Für alle Interessenten und Helfer in der Bürgerwerkstatt. 12:15 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68	<b>11.02. Sonntagsbrunch</b> 10 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
<b>05.02. Geburtstagskaffeetrinken</b> Für alle Besucher, die im Vormonat Geburtstag hatten. Andere Gäste sind herzlich willkommen. 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	<b>14.02. Gesprächsforum für Frauen</b> „Aggressiv oder depressiv – wie reagiere ich bei Frustrationen?“ 16 Uhr, Eckraum, Eisenacher Str. 44
<b>07.02. EA-Treffen</b> Für alle Ehrenamtlichen im Café und der Bürgerwerkstatt. 14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	
<b>08.02. Fasching im Gemeindezentrum</b> 14:00–18:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	
<b>10.02. Literarischer Tee</b> „Germelshausen“ von Friedrich Gerstäcker: Eine sagenumwobene (Gespenster)-Geschichte um ein Dorf. Es liest Thomas Neuber. 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	



Denken Sie bitte an die Anmeldung zur Freizeitfahrt bis 16.02.2018 im Büro der Blickwechsel-Verwaltung in der Eisenacher Straße 44.

**März**

<b>01.03. Werkstatt-Forum</b> Für alle Interessenten und Helfer in der Bürgerwerkstatt. 12:15 Uhr, Bürgerwerkstatt, Eisenacher Str. 68	<b>11.03. Sonntagsbrunch</b> 10 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
<b>05.03. Geburtstagskaffeetrinken</b> Für alle Besucher, die im Vormonat Geburtstag hatten. Andere Gäste sind herzlich willkommen. 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	<b>12.03. EANA-Treffen der ehrenamtlichen Gruppenleiter</b> 16:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
<b>07.03. EA-Treffen</b> für alle Ehrenamtlichen im Café und der Bürgerwerkstatt. 14:30 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	<b>17.03. Leipzig liest im Café Blickwechsel</b> Bitte Aushänge beachten! 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
<b>08.03. Bowlingnachmittag</b> 15 Uhr, Bowling Gleis 5, Delitzscher Straße 2-14 Ansprechpartnerin: Frau Bothe unter 0341. 25397922	<b>17.03. Großer Garteneinsatz</b> 10:00 – 15:00 Uhr, Treff: Büro Blickwechsel, Eisenacher Str. 37
<b>10.03. Literarischer Tee</b> „Ein Mann namens Ove“ von Fredrik Backman: Witzig, anrührender Roman um ein Rentnerleben, nicht nur für Rentner. Es liest Uwe Froehlich. 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13	<b>22.03. Osterbasteln</b> 14:00 – 17:00 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13
	<b>26.03. Vollversammlung des PSGZ</b> Für alle Kolleg*innen, Klient*innen und Interessent*innen. 15 Uhr, Café Blickwechsel, Mottelerstr. 13

## Psychosoziales Gemeindezentrum Blickwechsel

### Aktuelles

Allen Leser\*innen dieses Programmheftes wünschen wir ein gesundes und gesegnetes Jahr 2018! Wir freuen uns auf Ihren Besuch bei uns.

Wir begrüßen als neue Kollegin **Frau Dunja El Choura** in unserer Außenwohngruppe. Sie übernimmt seit Dezember 2017 die Stelle von **Herrn Alexander Graf**, welcher nun das Team der Beratungsstelle bereichert und die Bürgerwerkstatt koordiniert.

Herzlich einladen wollen wir Sie zu unserer **Freizeitfahrt**, welche vom 9. bis 13.07.2018 stattfindet. Wir fahren an die Holsteiner Seenplatte nach Koppelsberg / Plön. Genauere Angaben entnehmen Sie bitte dem Einleger und den Aushängen. Am 29.01.2018 wird um 15:00 Uhr im Café eine **Infoveranstaltung zu der Freizeitfahrt** stattfinden.

Im Oktober weihten wir die neuen Räume der Praxis für Ergotherapie ein. Ab sofort bieten wir dort eine **ergotherapeutische Kochgruppe** an. Das Angebot findet Dienstagmittag statt.

Für Anmeldungen und Rückfragen stehen die Ergotherapeutinnen gern zur Verfügung.

Leider kann derzeit der **Mobile Sonntag** nicht stattfinden, wir hoffen sehr, ab April die Ausflüge wieder anbieten zu können. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Einmal im Quartal veranstalten wir wieder ein **Psychosoziales Gesprächsforum**. Wir wollen mit Ihnen zu aktuellen und politischen Ereignissen und zu sich ändernden gesetzlichen und rechtlichen Grundlagen ins Gespräch kommen. Ihre Beiträge und Themenwünsche sind herzlich willkommen.

Auch das **Gesprächsforum für Frauen** findet künftig einmal im Quartal statt. Es geht um Themen, die nicht nur Frauen bewegen. Die Termine entnehmen Sie bitte dem Monatsprogramm.

Auf **zwei neue Selbsthilfeangebote** in unserem Café Blickwechsel möchten wir hinweisen: montags 9:00 Uhr finden ab sofort im 14-tägigen Wechsel die neue **Fotogruppe** und die **SHG „Lust am Essen trotz Medis“** statt. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme. Vorgemerkt: Am 17.03.18 wollen wir im Rahmen von Leipzig liest in unserem Café eine **Autorenlesung** anbieten. Die genaueren Angaben werden wir Ihnen über Aushänge bekanntgeben.

Wir wünschen Ihnen eine gute winterliche Zeit!

Ihr Blickwechsel - Team

### Café Blickwechsel

Mottelerstr. 13  
04155 Leipzig  
0341. 46 24 33-61

#### Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Fr 11:00–20:00 Uhr  
Di, Do 09:30–20:00 Uhr  
Sa, So 14:00–20:00 Uhr



Mit dem Café Blickwechsel gibt es im Leipziger Norden einen Ort, an dem seelisch belastete und psychiatrieerfahrene 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



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 und 15:00–17:00 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. 561 14-0  
Fax: 0341. 561 14-19  
E-Mail: [blickwechsel@diakonie-leipzig.de](mailto:blickwechsel@diakonie-leipzig.de)  
Internet: [www.blickwechsel.diakonie-leipzig.de](http://www.blickwechsel.diakonie-leipzig.de)  
[www.facebook.com/pgz.blickwechsel](http://www.facebook.com/pgz.blickwechsel)

Mirjam Heeger (Einrichtungsleiterin)  
E-Mail: [mirjam.heeger@diakonie-leipzig.de](mailto: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](http://www.spenden.diakonie-leipzig.de) durch eine Onlinespende unterstützen.

**Diakonie**  
Vielfalt für das Leben