

In der Kontakt- und Begegnungsstätte kommen Menschen zusammen, die im Verlauf langwieriger psychischer Erkrankungen oder durch belastende Umstände

- Kontakt zu Angehörigen, Freunden und Freundinnen, Kollegen und Kolleginnen verloren haben und neue Kontakte aufbauen möchten,
- die ihren Alltag oder ihre Freizeit strukturieren und sinnvoll gestalten wollen,
- die in Gesprächen den Austausch mit Gleichbetroffenen suchen oder
- bei gemeinsamen Aktivitäten ihre besonderen Fähigkeiten einbringen und entwickeln möchten.

Hier finden Sie täglich (außer Samstag und Sonntag) Gruppen- und Freizeitangebote.

**„Man kommt hier her
und ist einfach nicht
mehr allein“**

Sozialpsychiatrischer Dienst
Bahnhofstr. 4 b
95444 Bayreuth

Tel. 0921 / 15 08 77-0
Fax 0921 / 15 08 77-29
E-Mail: spdi@diakonie-bayreuth.de

Träger der Einrichtung:
Diakonisches Werk – Stadtmission Bayreuth e.V.
Kirchplatz 5
95444 Bayreuth
Tel: 0921 75420

Spendenkonto:
Diakonisches Werk
Sparkasse Bayreuth
IBAN: DE67 7735 0110 0038 0897 02
BIC: BYLADEM1SBT
Vermerk: Sozialpsychiatrischer Dienst

Wochenplan der Gruppen- und Freizeitangebote in der **Begegnungsstätte** des Sozialpsychiatrischen Dienstes

*Miteinander
möglich machen*

UNSERE GRUPPENANGEBOTE:

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<p>9:00– 13:00 Uhr KOCHGRUPPE Um 12 Uhr wird miteinander in einer gemütlichen Runde gegessen. Wer Geselligkeit beim Essen sucht und sich außerdem preiswert und abwechslungsreich ernähren möchte, „isst“ bei uns genau richtig. Unkostenbeitrag: 4,00 € Anwesenheit: 9:00 Uhr</p>	<p>8:30 – 11:00 Uhr FRÜHSTÜCKSGRUPPE Wir frühstücken mit allem drum und dran. Danach verbringen wir noch Zeit mit Gesprächen über Dinge, die uns interessieren, Zeitung lesen etc. Unkostenbeitrag: ab 2,00 € Anwesenheit: 8:30 Uhr</p>	<p>9:00– 13:00 Uhr KOCHGRUPPE Um 12 Uhr wird miteinander in einer gemütlichen Runde gegessen. Wer Geselligkeit beim Essen sucht und sich außerdem preiswert und abwechslungsreich ernähren möchte, „isst“ bei uns genau richtig. Unkostenbeitrag: 4,00 € Anwesenheit: 9:00 Uhr</p>	<p>8:30– 11:00 Uhr FRÜHSTÜCKSGRUPPE Wir frühstücken mit allem drum und dran. Danach verbringen wir noch Zeit mit Gesprächen über Dinge, die uns interessieren, Zeitung lesen etc. Unkostenbeitrag: ab 2,00 € Anwesenheit: 8:30 Uhr</p> <p>11:00– 12:00 Uhr ENTSPANNUNGSGRUPPE Mit Fantasiereisen, Progressiver Muskelentspannung, Achtsamkeit u.v.m. wollen wir innehalten und für Stressreduktion sorgen.</p>	
<p>14:00 – 16:00 Uhr NACHMITTAGSGESPRÄCH „ZEITGESCHEHEN“ Nach einem gemütlichen Zusammensein beschäftigen wir uns mit einem aktuellen Zeitgeschehen, das die Gemüter bewegt.</p>	<p>14:00 – 16:00 Uhr SPIELGRUPPE 14-tägig Mit verschiedenen Spielen, die auch gerne mitgebracht werden können, möchten wir miteinander einen kurzweiligen Nachmittag verbringen.</p> <p>14:00 – 16:00 Uhr BEWEGUNG-AKTIV-GRUPPE 14-tägig Um unsere Gesundheit zu fördern, wollen wir gemeinsam einfache Gymnastikübungen durchführen, spazieren gehen usw.</p>	<p>14:00 – 16:00 Uhr NACHMITTAGSGESPRÄCH „ZEITGESCHEHEN“ 2. u. 3. Mittwoch im Monat Nach einem gemütlichen Zusammensein beschäftigen wir uns mit einem aktuellen Zeitgeschehen, das die Gemüter bewegt.</p>	<p>14:00 – 16:00 Uhr KREATIVES GESTALTEN Gemeinsam verwirklichen wir unsere kreativen Ideen (basteln, nähen, malen etc.). Unkostenbeitrag möglich.</p>	<p>14:00 – 16:00 Uhr SNACKGRUPPE Wir bereiten leckere Kleinigkeiten für Sie zu.</p>