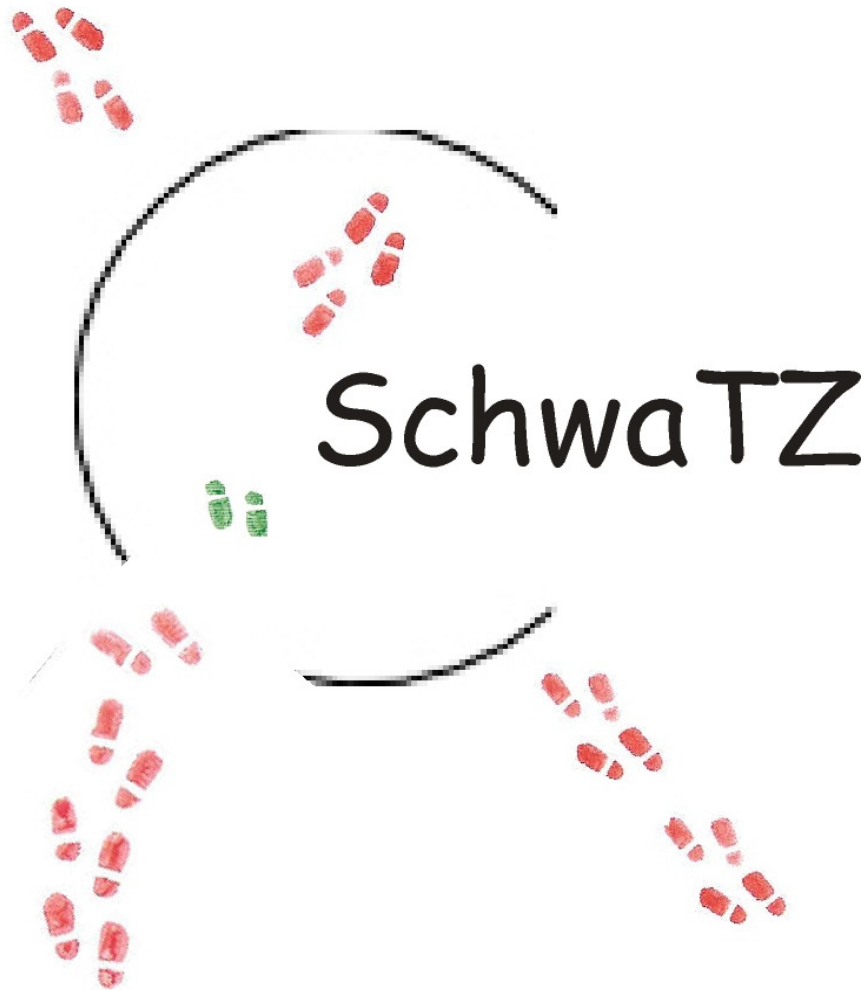


Schwandorfer Tageszentrum für psychisch kranke Menschen



Programm Herbst/Winter 2011 - 2012

Tageszentrum im
Schwandorfer Diakonie Zentrum
Waldschmidtstraße 14/ 1. Stock
92421 Schwandorf
09431/8817-0

Diakonie 
Schwandorf

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Besucher und Besucherinnen,



Das SchwaTZ-Team freut sich, Ihnen das neue Winterhalbjahresprogramm vorstellen zu können. Neben Angeboten zur sportlichen Fitness und kreativem Tun werden im Tageszentrum interessante Vorträge und ein kulinarischer Verwöhnabend stattfinden.

Da wir uns mit dem Erscheinen des Winterprogrammes sowohl Weihnachten als auch dem Jahreswechsel nähern, wünschen wir allen unseren BesucherInnen eine geruhsame Adventszeit und viele positive Erfahrungen im neuen Jahr.

Für das SchwaTZ-Team

Angela Neubauer

Angela Neubauer
Dipl. Soz.päd. FH
TZ-Leitung

Andrea Moser

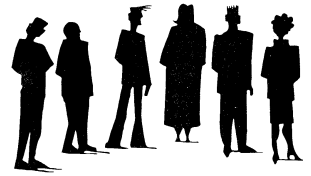
Andrea Moser
Dipl. Soz.päd. FH

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite 1
Projektgruppen	Seite 3-6
Wochenplan	Seite 7-8
Besondere Veranstaltungen	Seite 9-13

SchwaTZ

Projektgruppen



Offener Treff

Der offene Treff findet in der Kaffee-/Teestube des Tageszentrums statt. In gemütlicher Atmosphäre besteht die Möglichkeit, Kaffee/Tee zu trinken, verschiedene (Brett-) Spiele auszuprobieren, andere Menschen kennen zu lernen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

SchwaTZ Frühstück

In geselliger Runde mit einem gemeinsamen Frühstück den Tag beginnen - dazu lädt dieses Angebot alle SchwaTZ-BesucherInnen ein. Das SchwaTZ-Frühstück findet jeweils 14-tägig am Dienstag in der Zeit von 9.30 Uhr bis 11.00 Uhr statt. Ein Unkostenbeitrag wird erhoben. Voranmeldung ist erforderlich.

Küchendienst

Das Angebot, in der Küche mitzuhelfen, ermöglicht interessierten BesucherInnen praktische hauswirtschaftliche Kenntnisse zu erwerben. Darüber hinaus wird regelmäßig mitarbeitenden Besuchern und Besucherinnen ein kostenfreies Mittagessen im SchwaTZ angeboten.

Bewegungsgruppe - „Move your Body“

Dieses Angebot richtet sich an alle, die sich durch Bewegung „etwas Gutes“ tun wollen. Durch die körperliche Aktivität in der Gruppe können Spannungen abgebaut und das gesamte Wohlbefinden im Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele gesteigert werden. Nicht zuletzt werden wir Freude und gegenseitige Rücksichtnahme im gemeinsamen Tun erleben. Bei der Auswahl der sportlichen Betätigung wird unterschiedlichen Neigungen entsprochen.

Mittagstisch

Tischzeit 12.00 Uhr

Das SchwaTZ bietet allen BesucherInnen die Möglichkeit, an 5 Tagen der Woche ein kostengünstiges Mittagessen einzunehmen.

Kosten für Mittagessen: 3,-- €

Für das Mittagessen ist eine verbindliche Voranmeldung erforderlich!

TZ -Versammlung

Ein Bestandteil der Mitbestimmung der BesucherInnen bei der Ausgestaltung des TZ-Alltags ist die TZ-Versammlung. Hier werden alle einrichtungsrelevanten Dinge mit den NutzerInnen besprochen. In der TZ-Versammlung werden jeweils VertreterInnen auf ein Jahr gewählt, die als Besucher-SprecherInnen die Belange der BesucherInnen vertreten.



PC-Nutzung im SchwaTZ

Sie haben einen Brief oder eine Bewerbung zu schreiben, aber keinen PC oder Drucker? Kein Problem, wir haben beides! Und bei Bedarf helfen wir Ihnen auch ein bisschen (Ansprechpartnerin: Frau Pakosch). Jeder kann seine Schreiben auf seiner persönlichen Diskette abspeichern.

Diese Möglichkeit bieten wir mittwochs von 10.30 - 11.00 Uhr an.

Arbeitstherapie

Montag, 10.30 bis 11.30 Uhr und Donnerstag, 13.30 bis 15.00 Uhr

Bei diesem Angebot wird interessierten BesucherInnen die Möglichkeit gegeben, handwerkliche Fertigkeiten zu erwerben sowie Leistungsfähigkeit, Ausdauer und Durchhaltevermögen zu trainieren.

Kreativ-Werkstatt

Dieses Angebot wendet sich an alle, die Freude am kreativen Gestalten haben und ihre künstlerischen Fähigkeiten entdecken bzw. kunsthandwerkliche Fertigkeiten erwerben möchten.

Je nach Interesse können hier ansprechende Geschenke oder aber Gegenstände zur Raumdeko angefertigt und - gegen einen kleinen Unkostenbeitrag - mit nach Hause genommen werden.

Picco bello (Waschen nach Voranmeldung)

Bei Bedarf können interessierte BesucherInnen, unter Anleitung der Hauswirtschaftskraft, die hauseigene Waschmaschine und den Wäschetrockner in Anspruch nehmen. Dazu ist eine Voranmeldung erforderlich. Je nach anfallender Wäschemenge ist ein Unkostenbeitrag zu entrichten.

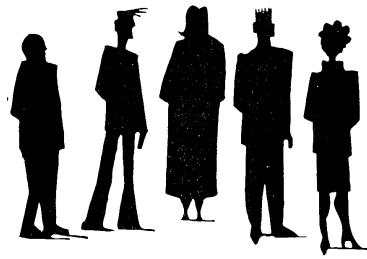
Freizeitgruppe

Ziel dieser Gruppe ist es, gemeinsam Freizeitaktivitäten (auch außerhalb des Tageszentrums) wie z. B. kleine Ausflüge, Besichtigungen etc. zu unternehmen. Je nach Angebot kann ein Unkostenbeitrag - z.B. für Fahrkosten - anfallen.



Kognitives Training

Das Kognitive Training lädt jeweils 14-tägig im Wechsel mit der Frühstücksguppe zum Gehirnjogging ein. Es geht darum, die geistige Fitness zu trainieren. Durch kurze Übungseinheiten, die darauf ausgerichtet sind, die geistige Leistungsfähigkeit anzuregen, sollen Merkfähigkeit und Konzentration gefördert werden.



Musikgruppe

Dieses Gruppenangebot gliedert sich in drei Teile.

1. Percussion-Instrumente

Beim Experimentieren und Improvisieren mit den Percussion-Instrumenten stehen Freude und Spaß im Vordergrund. Über den Dialog mit den Instrumenten wird ein Zugang zu nonverbalen Ausdrucksformen eröffnet und die eigene Erfahrungswelt erweitert.

2. Veeh-Harfe-Spiel

Die Veeh-Harfe ist ein Musikinstrument, das aus Saitenzupfinstrumenten mit Unterlegblatt entwickelt wurde. Notenkenntnisse im herkömmlichen Sinn sind für das Erlernen des Veeh-Harfen-Spiels nicht erforderlich. Das Musikinstrument Veeh-Harfe ist leicht zu erlernen, bietet einen unkomplizierten Zugang zum Musizieren und ermöglicht es, eigenständig Melodien zu spielen.

3. Gitarrenkurs für Anfänger

Ein Kurs für alle, die mit Freude ein Instrument lernen möchten. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Eine „Leihgitarre“ für den Unterricht ist im Tageszentrum vorhanden. Es fallen deshalb keine Kosten an.



Wochenplan Schwandorfer

Zeit	Montag	Dienstag
9.00 Uhr	Offener Treff	9.30 bis 11.00 Uhr SchwaTZ-Frühstück jeweils 14-tägig
10.00 Uhr	10.00 bis 12.00 Uhr Küchendienst ***** 10.30 - 11.30 Uhr Arbeitstherapie	10.00 bis 12.00 Uhr Küchendienst ***** 10.30 bis 11.00 Uhr Kognitives Training jeweils 14-tägig
12.00 Uhr	Mittagessen ***** 12.30 bis 13.00 Uhr Küchendienst	Mittagessen ***** 12.30 bis 13.00 Uhr Küchendienst
13.00 Uhr	13.30 bis 15.00 Uhr Freizeitgruppe	13.30 bis 15.00 Uhr Kreativ-Werkstatt
16.15 Uhr	TZ geschlossen	TZ geschlossen

Öffnungs- Montag, Dienstag, Donnerstag 9.00 - 16.15 Uhr
zeiten: Mittwoch 10.00 - 16.15 Uhr
 Freitag 9.00 - 14.00 Uhr

Tageszentrum SchwaTZ

Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Offener Treff	Offener Treff
<p>Picco bello (Waschen nach Vor Anmeldung) *****</p> <p>10.00 bis 12.00 Uhr Küchendienst *****</p> <p>10.30 bis 11.00 Uhr PC-Nutzung</p>	<p>10.00 bis 12.00 Uhr Küchendienst *****</p> <p>10.00 bis 12.00 Uhr Bewegungsgruppe „ Move your Body“</p>	<p>10.00 bis 12.00 Uhr Küchendienst *****</p> <p>10.30 bis 11.30 Uhr Musikgruppe (Gitarrenkurs)</p>
<p>Mittagessen *****</p> <p>12.30 bis 13.00 Uhr Küchendienst</p>	<p>Mittagessen *****</p> <p>12.30 bis 13.00 Uhr Küchendienst</p>	<p>Mittagessen *****</p> <p>12.30 bis 13.00 Uhr Küchendienst</p>
Offener Treff	<p>13.30 bis 15.00 Uhr Arbeitstherapie *****</p> <p>TZ-Versammlung (jeden 1. Donnerstag im Monat)</p>	Ab 14.00 Uhr TZ geschlossen
TZ geschlossen	TZ geschlossen	

**Betriebsurlaub: Dienstag, 27. Dezember 2011
bis einschließlich Freitag, 30. Dezember 2011**

Besondere Veranstaltungen des SchwaTZ

Weihnachtskarten basteln

Donnerstag, 10. November 2011, 10.30 - 12.00 Uhr und

Donnerstag, 17. November 2011, 10.30 - 11.30 Uhr

Vor allem in der besinnlichen Zeit ist es schön, den liebsten Menschen, die uns nahe stehen, eine Karte mit einem kleinen Gruß zu schicken. Was läge da näher, als dass wir uns heute ans Basteln von Weihnachtskarten machen.

Referentin: Isabell Kuhnle

Anmeldung bei Frau Neubauer oder Frau Moser.

„Fit in den Winter“

Jeweils am Donnerstag, 10.30 - 11.15 Uhr

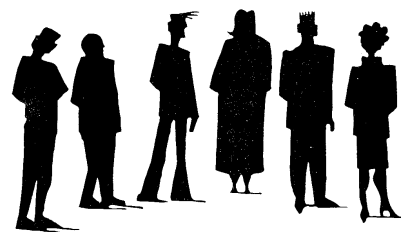
Termine: 17.11., 24.11., 01.12. und 15.12.2011

Durch gezielte Bewegungsübungen und kleine Tanzeinheiten zu Musik werden wir unsere Muskulatur lockern und kräftigen sowie die Beweglichkeit unseres Körpers verbessern und somit das allgemeine Wohlbefinden steigern.

Wer gerne etwas für seine Figur und Fitness tun möchte, sollte nicht lange zögern, sondern aktiv werden und bequeme Kleidung mitbringen.

Die Teilnahme ist kostenlos!

Kursleitung: Susanne Kneidl



Plätzchen backen

Jeweils am Montag, ab 13.30 Uhr

Termine: 21.11. und 05. 12.2011

Wenn der Duft von Omas Plätzchen durchs Haus strich, wusste man, Weihnachten ist nicht mehr weit. Holen Sie sich ein Stück Erinnerung in Form dieser Plätzchen zurück.

Anmeldung bei Frau Moser erforderlich.

Seidenmalerei

Jeweils am Freitag, 10.00 - 11.00 Uhr

Termine: ab 02. Dezember 2011

Es gibt nur sehr wenig Material, welches Farben in solcher Intensität zum Leuchten bringt wie Seide. Die Seidenmalerei ist dank vieler verschiedener Techniken sehr vielseitig verwendbar. Entdecken Sie in diesem Kurs die vielen kreativen Möglichkeiten, die die Seidenmalerei bietet. Unter fachlicher Anleitung werden Sie gemeinsam mit Anderen ein Seidentuch fertigen. Je nach Größe des Werkstücks und Verbrauch werden Materialkosten fällig.

Anmeldung erforderlich.

Kursleitung: Matine Wittmann



Adventfeier

Donnerstag, 15. Dezember 2011, 16.00 - 18.00 Uhr

Die Vorweihnachtszeit ist die Zeit der langen dunklen Abende. Wir möchten dazu zur Adventfeier ins SchwaTZ einladen, um gemeinsam einige besinnliche Stunden zu verbringen.

Anmeldung bei Frau Neubauer oder Frau Moser erforderlich!

Filmnachmittag im SchwaTZ

Montag, 19. Dezember 2011, 13.15 Uhr

Heute laden wir Sie zu einem gemütlichen Filmnachmittag ins Tageszentrum ein. Gezeigt wird der Film „Stadt der Engel“ mit Nicolas Cage und Meg Ryan.

Die Handlung erzählt von einem Engel namens Seth, welcher Menschen in Not beisteht und begleitet. Eines Tages kümmert er sich um die Ärztin Maggie Rice, in die er sich verliebt, da sie ihm trotz seiner Unsichtbarkeit direkt in die Augen blickt. Womit das Liebesdrama seinen Lauf nimmt und gewiss kein Auge trocken lässt. Viel Vergnügen beim Ansehen!

Candle-Light-Dinner

Freitag, 06. Januar 2012, 16.00 Uhr

Wir möchten das neue Jahr mit etwas Besonderem beginnen und Sie ganz herzlich zu diesem „Die Seele baumeln lassen-Abend“ einladen. In festlicher Atmosphäre bieten wir Ihnen ein mehrgängiges Überraschungsmenü. Musikalisch umrahmt wird dieser stilvolle Abend von der Band Estate und stimmungsvollem Kerzenlicht. Anmeldung ist erforderlich.

Unkostenbeitrag: 6,00 €

Gebärdensprache

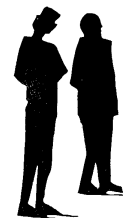
Jeweils am Donnerstag, 12.30 - 13.00 Uhr

Termine: ab 12. Januar 2012

Wie verständigen sich eigentlich taube Menschen? Eine Frage, die sich so mancher vielleicht schon einmal gestellt hat. In diesem Kurs gewinnen wir einen Einblick in die Deutsche Gebärdensprache (DGS) und lernen, uns ohne zu sprechen, nur mit Gebärden, miteinander zu unterhalten.

Referentin: Kerstin Scherl

Anmeldung erforderlich.



Fahrt ins Kurfürstenbad nach Amberg

Montag, 06. Februar 2012

Mit sieben Becken ausgestattet bietet das Erlebnisbad in Amberg alles rund um den Wassersport und durch seine Vielfalt an Möglichkeiten wird es zum Badevergnügen für jeden Wasserbegeisterten. Entspannen und Spaß haben bei einer Wassertemperatur ab 27°C!

<u>Eintrittspreise</u>	<u>1,5 Stunden</u>
pro Person	4,60 €
mit Behinderung (ab 50 %)	2,20 €

Abfahrt: 13.00 Uhr

Um rechtzeitige Anmeldung bei Frau Moser wird gebeten.

Hausschuhe stricken

Im Februar 2012

Das SchwaTZ öffnet wieder seine Türen und lädt jede Frau, jeden Mann zum Hausschuhe stricken ein. Alle sind herzlich willkommen, sowohl diejenigen, die das Hausschuh stricken noch nicht kennen und neugierig sind, diese Technik unter Anleitung zu erlernen, als auch die, die wissen, wie es geht. Wer Lust hat mitzumachen, ist herzlich willkommen.

Der genaue Termin und die Materialkosten werden noch bekannt gegeben.

Voranmeldung ist erforderlich.

Referentin: Anja Rieger



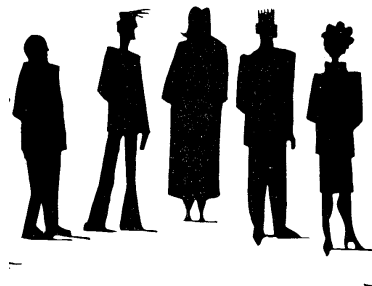
Wir kochen asiatisch

Donnerstag, 22. März 2012, 16.00 - 18.00 Uhr

Kurze Garzeiten und exotische Kräuter und Gewürze zeichnen die asiatische Küche aus. Zwei verschiedene Gerichte werden an diesem Tag erstellt.

Referentin: Martina Steiner-Grabinger

Unkostenbeitrag: 3,00 €



Farbberatung

Im Frühjahr 2012

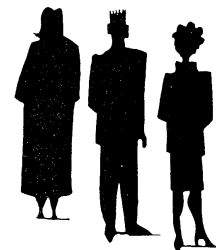
Was soll ich bloß anziehen? Stehen Sie auch öfters vor dem Kleiderschrank und finden nicht das zu Ihrer Stimmung oder dem Anlass passende Outfit?

Abhilfe verschafft hier eine Farbberatung, denn Kleidung in den passenden Farben unterstreicht die Persönlichkeit und erzielt eine positive Wirkung auf das Gegenüber. Ganz nebenbei wird der Geldbeutel vor unpassenden Anschaffungen verschont und es ergeben sich viele neue Kombinationsmöglichkeiten.

Der genaue Termin wird noch bekannt gegeben.

Referentin: Steffi Linsmeier

Unkostenbeitrag: 1,00 €



Unterwegs auf dem Jakobsweg

Montag, 16. April 2012, 13.00 Uhr

Der Jakobsweg zeigt sich als weit verzweigtes Wege-System, welches ganz Europa nach Spanien durchquert. Er ist der Pilgerweg zum Grab des Apostels Jakobus in Santiago de Compostela. Bereits im Mittelalter gehörte Santiago neben Rom und Jerusalem zu den drei großen christlichen Pilgerzielen.

Gemeinsam werden wir eine Teilstrecke dieses Weges Richtung Spanien marschieren.

Unsere Strecke führt von der Jakobskirche über die Naabbrücken und rechts am Naabufer entlang.

Vortrag: Frühlingskräuter

Dienstag, 24. April 2012, 14.00 Uhr

Die ersten konzentrierten Vitamine im Frühjahr liefern uns viele weitverbreitete Wildkräuter. Sie wirken inspirierend auf unser Wohlbefinden und sorgen für anregende Gaumenfreuden.

Referentin: Frau Edeltraud Forster, Wildkräuterpädagogin

Unkosten: keine



Kräuterküche

Mittwoch, 25. April 2012, 10.00 Uhr

Unter diesem Motto wollen wir gemeinsam verschiedene duftende Kräuter des Frühjahres kennenlernen und Wissenswertes über die Verwendung dieser Kräuter in der Küche erfahren.

Genießen Sie im Anschluss daran eine Kräutersuppe oder Kartoffeln mit Kräuterdip.

Anmeldung erforderlich.

Referentin: Marga Wulinger

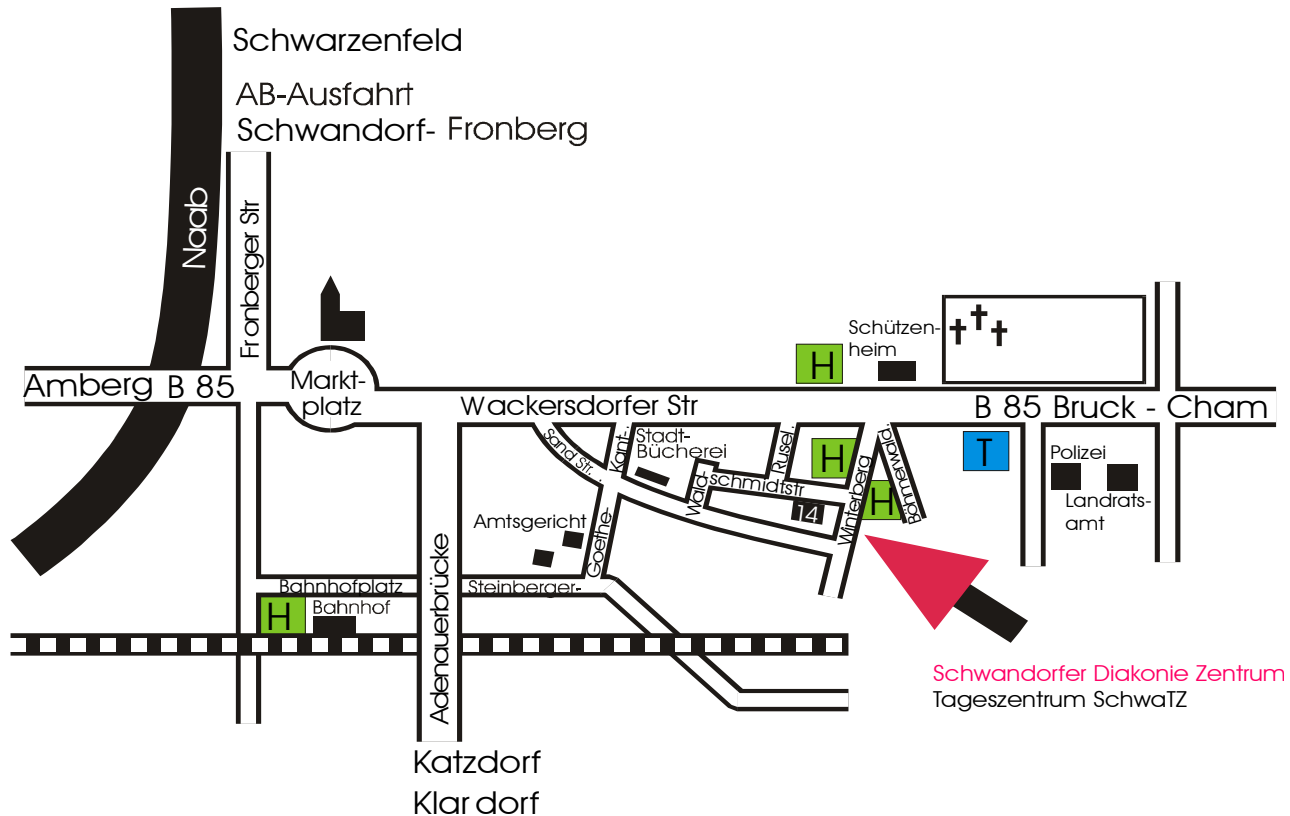
Unkostenbeitrag: 3,00 €

Das Tageszentrum ist geöffnet:

Montag, Dienstag, Donnerstag 9.00 - 16.15 Uhr

Mittwoch 10.00 - 16.15 Uhr

Freitag 9.00 - 14.00 Uhr



So erreichen Sie uns:

Buslinien 102 A und 102 B im 30-Min.-Takt

(Haltestelle Winterbergstraße)

Buslinien 105, 106

(Haltestelle Altes Rotes Kreuz/Schützenheim)

Unterstützen Sie unsere Arbeit mit Ihrer Spende!

Wir sind als gemeinnützige Organisation anerkannt und stellen Ihnen gerne eine Spendenquittung aus:

Bankverbindungen

Sparkasse Schwandorf

Kto.Nr. 380 019 885

BLZ 750 510 40

Sparkasse Amberg-Sulzbach

Kto.Nr. 380 103 804

BLZ 752 500 00