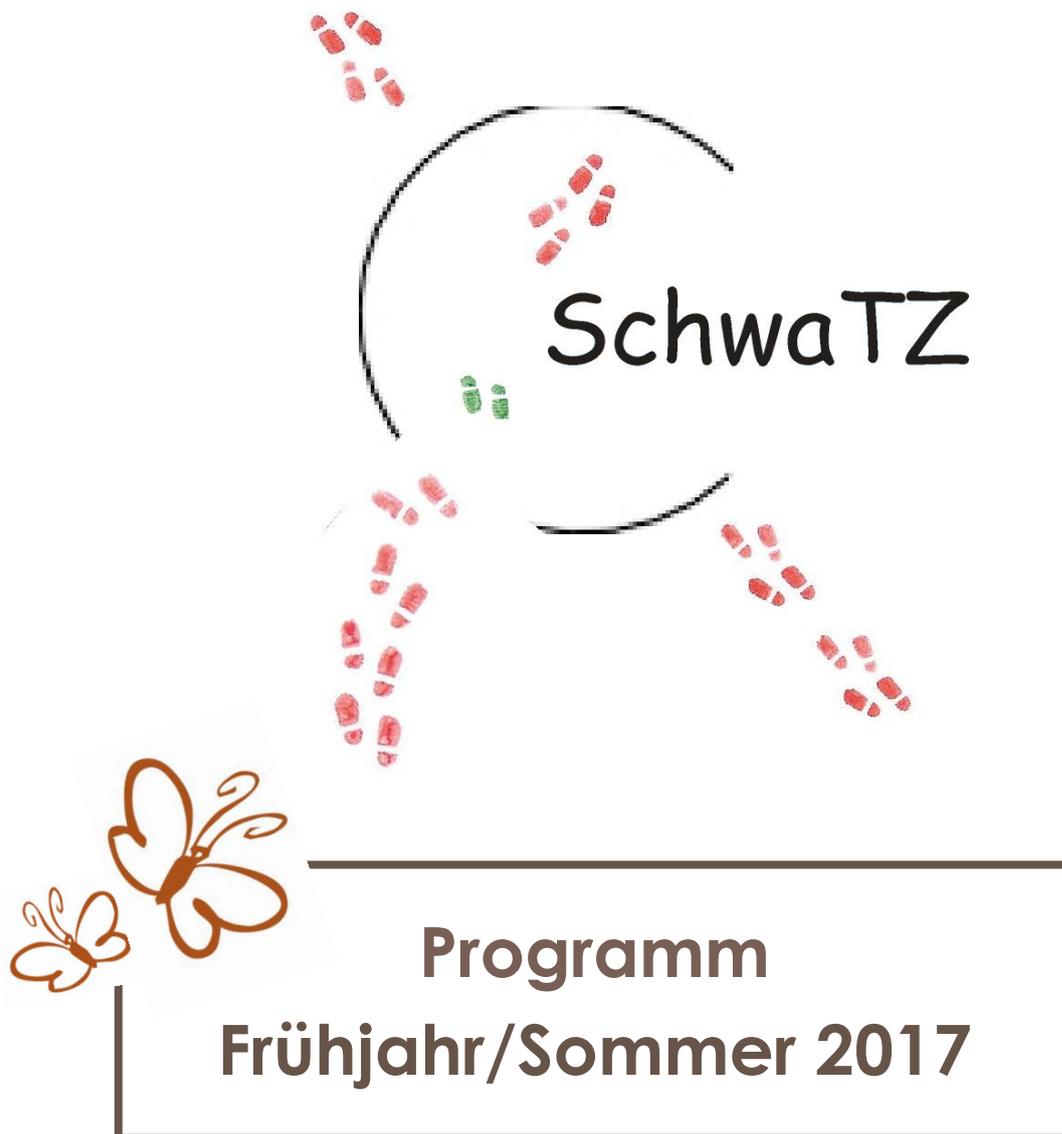


Schwandorfer Tageszentrum

für psychisch kranke Menschen



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

Diakonie 
Schwandorf



„Die ersten Sonnenstrahlen sind wie dein Lächeln,
sie wärmen Herz und Seele.“

(M. Minder)



Liebe Besucherinnen und Besucher,

das Team des Schwandorfer Tageszentrums hat sich auch für die neue Frühjahr-/Sommersaison zum Ziel gesetzt, Ihnen ein buntes und reichhaltiges Programm anzubieten.

Neben den regelmäßig stattfindenden Projektgruppen, welche Sie im Wochenplan finden und deren Aktivitäten gesondert vorangekündigt werden, erwarten Sie weitere vielseitige Angebote wie z. B. ein Tagesausflug zum Waldwipfelweg, eine Felsenkellerführung oder ein „Beerenprojekt“.

Wir hoffen, Sie fühlen sich angesprochen und Ihr Interesse ist geweckt.

Auf Ihr Kommen freut sich
das SchwaTZ-Team

Andrea Moser

Andrea Moser
Dipl.-Soz.-Päd. (FH)
TZ-Leitung

Isabell Kuhnle

Isabell Kuhnle
B.A. Soziale Arbeit

Kerstin Scherl

Kerstin Scherl
B.A. Soziale Arbeit

Katharina Spiegl

Katharina Spiegl
B.A. Soziale Arbeit

M. Schmid

Michael Schmid
Ex-In-Genesungs-
begleiter

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite 1
Projektgruppen	Seite 3-6
Wochenplan	Seite 7-8
Besondere Veranstaltungen	Seite 9-14



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: 3,50 €

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.



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 CD abspeichern.

Diese Möglichkeit bieten wir mittwochs von 10:00 bis 10:30 Uhr an.

Holzwerkstatt

Montag, 10:30 bis 11:30 Uhr, sowie Dienstag 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.

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.

Abendfreizeitgruppe

Zusätzlich zu unserem altbekannten Wochenprogramm bieten wir jeden Dienstag eine Abendfreizeitgruppe an. Diese richtet sich an alle Interessierten, die auch abends gerne die eine oder andere Unternehmung machen möchten. Hier treffen wir uns, auch gerne außerhalb den Räumen des Tageszentrums, um gemeinsam einen schönen Abend zu verbringen. Zeiten variieren je nach Aktivität und können den Aushängen entnommen werden.



Veeh-Harfen-Kurs

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.



Wochenplan Schwandorfer

Zeit	Montag	Dienstag
8:30 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 bis 11:30 Uhr Holzwerkstatt	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 Holzwerkstatt
16:30 Uhr	TZ geschlossen *****	TZ geschlossen
18:00 bis 20:00 Uhr	TZ geschlossen	Abendfreizeitgruppe

**Öffnungs-
zeiten:**

**Montag, Dienstag, Donnerstag
Mittwoch
Freitag**

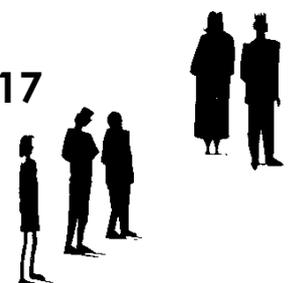
**8:30 – 16:30 Uhr
10:00 – 16:30 Uhr
8:30 – 14:00 Uhr**

Wochenendfreizeitveranstaltung, 1 x monatlich

Tageszentrum Schwatz

Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Offener Treff	Offener Treff
<p>Picco bello (Waschen nach Voranmeldung) *****</p> <p>10:00 bis 12:00 Uhr Küchendienst *****</p> <p>10:00 bis 10:30 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 Veeh-Harfen-Kurs</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 Holzwerkstatt *****</p> <p>TZ-Versammlung (jeden 1. Donnerstag im Monat)</p>	Ab 14:00 Uhr TZ geschlossen
TZ geschlossen	TZ geschlossen	
TZ geschlossen	TZ geschlossen	

**Betriebsurlaub: Montag, 28. August 2017
bis einschließlich Freitag, 08. September 2017**



Besondere Veranstaltungen des SchwaTZ

Frühjahrsmarkt im Bauernmuseum Perschen

Samstag, 06. Mai 2017, 11:00 – 18:00 Uhr

Auch heuer findet wieder der Frühjahrsmarkt im Bauernmuseum in Perschen statt. Dort bieten verschiedene Hobbykünstler eine Vielfalt selbst hergestellter Waren für Haus und Garten zum Verkauf an. Auch wir werden an diesem Tag unsere Produkte aus der Holzwerkstatt präsentieren und verkaufen.

Über Ihre Unterstützung bei der Vorbereitung, dem Aufbau und dem Verkauf unserer Waren würden wir uns sehr freuen.

Bei Interesse wenden Sie sich an das TZ-Team.



Menschen-Länder-Abenteuer: Thailand

Mittwoch, 10. Mai 2017, 13:00 Uhr

Thailand zählt weltweit zu einem der beliebtesten Urlaubsländer. Hier gibt es herrliche Strände, einsame Berglandschaften, palmengesäumte Flüsse, aber auch prächtige Tempelanlagen und eine hervorragende Küche.

Mit ein paar Bildern aus meinem Thailandurlaub möchte ich Ihnen einen Eindruck von diesem tollen Land geben und etwas Urlaubsstimmung verbreiten.

Referentin: Frau Isabell Kuhnle

Minigolf in Irlaching

Samstag, 03. Juni 2017, 13:00 bis ca. 15:30 Uhr

Bereits seit 25 Jahren gibt es nun die Minigolfanlage in Irlaching mit ihren 18 Bahnen auf einer Fläche von insgesamt 4.000 Quadratmetern. Auch wir wollen bei schönem Wetter versuchen, die 12 Meter langen Bahnen mit ihren verzwickten Hindernissen zu bewältigen. Anschließend besteht die Möglichkeit, auf der Terrasse bei einer Erfrischung den Tag ausklingen zu lassen.

Eintrittspreis (inklusive Schläger und Ball): 4,-- €

Eine Anmeldung beim TZ-Team ist erforderlich.

„Griechisch essen“ im Mythos

Dienstag, 06. Juni 2017, 18:00 – ca. 20:00 Uhr

Gemeinsam werden wir griechisch essen gehen und in den Genuss der griechischen Küche kommen. Der mediterrane, herzhafte Geschmack, für den griechische Speisen bekannt sind, wird uns während des leckeren Essens verwöhnen.

Treffpunkt vor Ort: um 18:00 Uhr

Anmeldung bitte spätestens eine Woche vorher an das TZ-Team.

Grillfest

Mittwoch, 21. Juni 2017, 12:00 Uhr

Das Grillfest ist mittlerweile ein fester Programmpunkt im Sommer. Auch in diesem Jahr genießen wir gemeinsam frisch Gegrilltes und leckere Salate, bei schönem Wetter natürlich im Freien.

Unkostenbeitrag: 3,50 €

Eine Anmeldung ist erforderlich.

„Beerenprojekt“

Freitag, 23. Juni 2017, 10:00 – ca. 11:30 Uhr:

Vortrag über heimisches Obst und Früchte

Mittwoch, 28. Juni 2017, 13:00 – ca. 17:00 Uhr:

Ausflug zur Beerenmeile

Donnerstag, 29. Juni 2017, 13:30 – ca. 15:30 Uhr:

Zubereitung der Beeren und Früchte

Die Sommerzeit erinnert an leckere, saftige Beeren.

Wir werden uns an drei Projekttagen näher mit diesen Früchten befassen. Im Mittelpunkt des Vortrags stehen hierbei die Inhaltsstoffe und Vitamine der Beeren. Beim nächsten Treffen fahren wir zur Beerenmeile und pflücken die sommerlichen Leckerbissen. Anschließend werden diese zu einer leckeren Köstlichkeit verarbeitet.

Referentin: Tabea Wittmann

Um Anmeldung wird gebeten.



Führung durch die Felsenkeller

Montag, 03. Juli 2017, 13:00 Uhr

Heute steigen wir gemeinsam hinab in die Schwandorfer Unterwelt. Bei einer geleiteten Führung streifen wir in den Gängen dieses Labyrinths durch 500 Jahre Geschichte der Stadt und ihres Brauwesens. Von den über 130 Kellerabteilen im Berg hat die Stadt Schwandorf einen zusammenhängenden Bereich mit etwa 60 Räumen saniert und über Führungen der Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

Anmeldung bitte bis 29. Juni 2017 an das TZ-Team.

Eintritt: 4,-- €

Bürgerfest Schwandorf

Sonntag, 09. Juli 2017, 11:00 Uhr

In diesem Jahr findet das 20. Bürgerfest der Stadt Schwandorf statt. Neben einem abwechslungsreichen Musikprogramm kommt auch der kulinarische Genuss nicht zu kurz.

Wer Lust hat, gemeinsam das Fest zu besuchen, meldet sich einfach beim TZ-Team an.

Treffpunkt: Tageszentrum



Picknick am Murner See

Freitag, 21. Juli 2017, ab 10:00 Uhr

Gemütlich beisammen sitzen, die Sonne genießen und einfach die Seele baumeln lassen. Bei unserem gemeinsamen Ausflug zum Murner See nehmen wir uns eine Auszeit vom Alltag und lassen es uns bei einem leckeren Picknick unter freiem Himmel gut gehen.

Unkostenbeitrag: 3,50 €

Abfahrt: 10:00 Uhr am Tageszentrum

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Brotverkostung

Freitag, 04. August 2017, 12:00 Uhr

Heute genießen wir gemeinsam leckere Brotaufstriche mit frischem Brot.

Anmeldung bitte bis 02. August 2017 an das TZ-Team.

Unkostenbeitrag: 2,50 €

Besichtigung der Kreuzbergkirche Schwandorf

Sonntag, 20. August 2017, 16:15 Uhr

Die Kreuzbergkirche, die nur einen Katzensprung vom Tageszentrum entfernt liegt, wurde 1679 als Wallfahrtskirche zu Ehren "Unserer Lieben Frau vom Kreuzberg" eingeweiht und im 2. Weltkrieg völlig zerstört. Nur das Gnadenbild, das heute über dem Hochaltar seinen Platz hat, ist unversehrt erhalten geblieben. Heute wollen wir gemeinsam an einer Führung teilnehmen und sowohl die sehenswerte Schatzkammer als auch die Unterkirche besichtigen.

Anmeldung bitte bis 11. August 2017 an das TZ-Team.

Eintritt: 4,-- €

Hausfest

Mittwoch, 20. September 2017, 15:00 – ca. 18:00 Uhr

Auch heuer findet das alljährliche, bereichsübergreifende Hausfest statt. Ein leckeres Kaffee- und Kuchenbuffet lädt zum netten Beisammensein ein. Weiterhin gibt es noch viele andere Angebote, die zum selbst Aktivwerden anregen. Anmeldung erforderlich.



Zwickl-Dokumentarfilmfestival

29. September bis 03. Oktober 2017

Auf eine mittlerweile 5-jährige Geschichte kann das „Zwickl“ 2017 nun schon zurückblicken. Wir werden heuer zum dritten Mal dabei sein und uns gemeinsam einen der vielen interessanten Dokumentarfilme ansehen.

Das konkrete Datum und die entsprechende Filmauswahl werden rechtzeitig bekanntgegeben.

Eintritt: Ein Zwickl



Ausflug zum Waldwipfelweg

Mittwoch, 04. Oktober 2017, 9:00 Uhr Abfahrt

Der Waldwipfelweg ist in luftiger Höhe bis zu 30 Meter über einen bequemen 2,50 Meter breiten Pfad aus heimischem Lärchenholz begehbar. Eine Aussichtsplattform bietet einen herrlichen Blick über die Höhenzüge des Bayerischen Waldes, das Donautal und die Ebenen des Gäubodens.

Gemeinsam fahren wir heute bei gutem Wetter in den Bayerischen Wald und erkunden dieses beliebte Ausflugsziel. Anmeldung erforderlich.

Eintritt: 7,50 € pro Person / ermäßigt 6,-- €

Hobbykünstlermarkt Pfreimd

Sonntag, 08. Oktober 2017

Auf dem Künstlermarkt in Pfreimd bietet sich für uns die Gelegenheit, unsere Holzwerkstücke auszustellen und zu verkaufen.

Für Vorbereitung, Aufbau und Verkauf der Ware würden wir uns über eine Unterstützung von Ihnen sehr freuen.

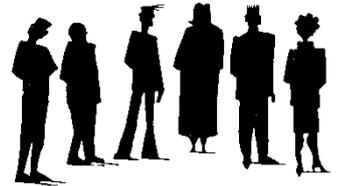
Bei Interesse wenden Sie sich an das TZ-Team.



Besuch des Tageszentrums Neumarkt

Montag, 16. Oktober 2017, Abfahrt um 12:30 Uhr

Nachdem wir bereits das Tageszentrum in Cham und das Café Insel in Regensburg besucht haben, fahren wir heuer nach Neumarkt, um dort die Tagesstätte zu besichtigen.



Vortrag zum Thema Ernährung

Montag, 23. Oktober 2017, 13:30 Uhr

Gesunde und ausgewogene Ernährung – ein interessantes Thema!

Viele wollen sich gesund und bewusst ernähren – doch wie? Oft fehlt uns das Wissen über gesundes und ausgewogenes Essen. Das wollen wir ändern und laden Frau Mechthold von der AOK Schwandorf zu einem Vortrag zum Thema Ernährung ein. Wir werden Einiges über ausgewogene Ernährung, „gesundes Kochen“, Diäten usw. erfahren und haben die Gelegenheit, Fragen dazu zu stellen.

Kosten: ab 10 Teilnehmern kostenfrei

Eine Anmeldung beim TZ-Team ist erforderlich.

Dekoratives aus Holz

An zwei Mittwochen im Herbst 2017, 10:00 – 16:00 Uhr

Auch in diesem Herbst wollen wir wieder kreativ werden. Passend zur Jahreszeit wird unter der Anleitung von Frau Killermann Dekoratives aus Holz für unsere Wohnungen hergestellt.

Referentin: Marianne Killermann

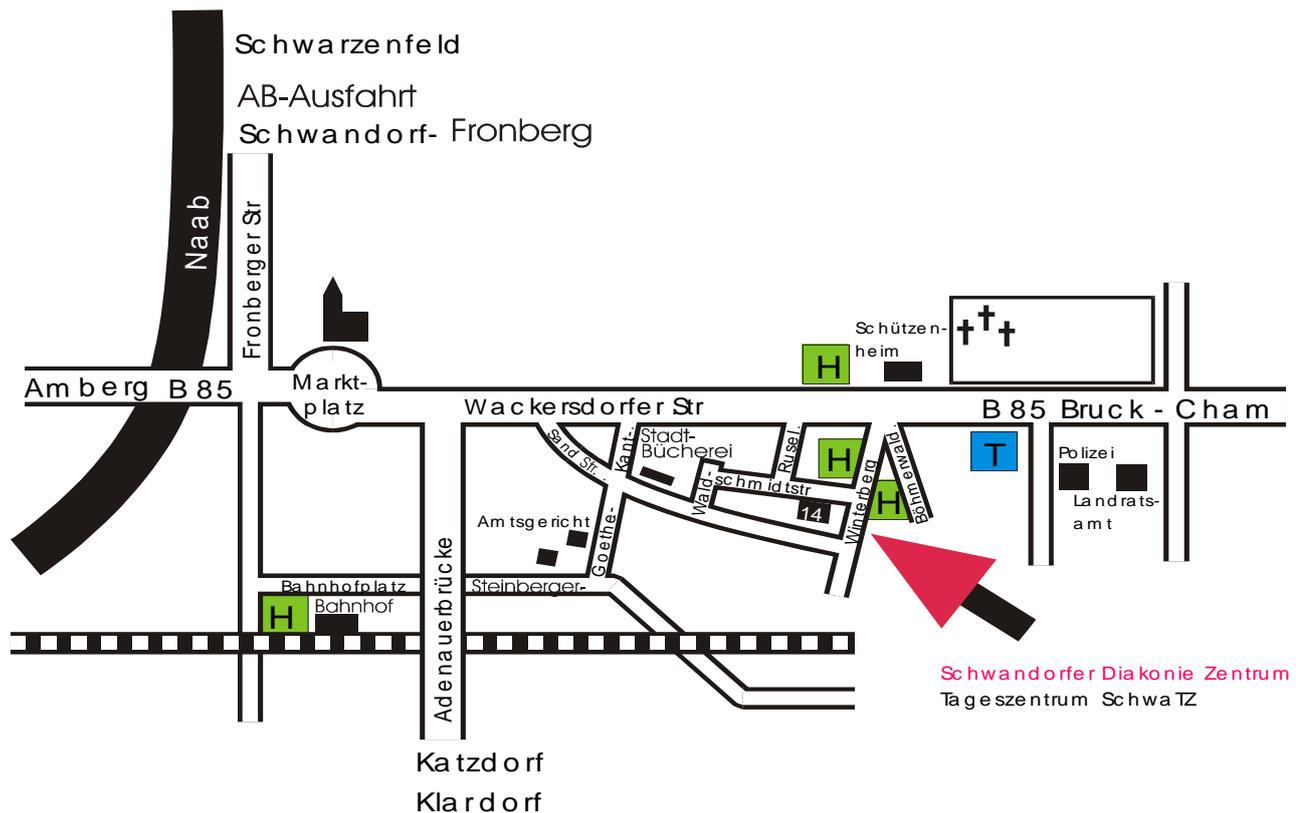
Unkostenbeitrag: wird noch bekannt gegeben

Eine Anmeldung beim TZ-Team ist erforderlich.

Das Tageszentrum ist geöffnet:

Montag	8:30 – 16:30 Uhr
Dienstag	8:30 – 16:30 Uhr
Abendfreizeitgruppe	18:00 – 20:00 Uhr
Mittwoch	10:00 – 16:30 Uhr
Donnerstag	8:30 – 16:30 Uhr
Freitag	8:30 – 14:00 Uhr

1 x monatlich
Wochenendfreizeit-
veranstaltung



Schwandorfer Diakonie Zentrum
Tageszentrum Schwandorf

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 Amberg-Sulzbach

Konto-Nr.: 380 103 804

BLZ: 752 500 00

IBAN-Nr.: DE44 7525 0000 0380 103 804

BIC-Code: BYLADEM1ABG