



Tagesstruktur & Betätigung

Angebote im Rahmen der Sozialpsychiatrischen Zentren der PHG

Claudia Kastner

Erwartet zu werden, gemeinsam Feste zu feiern oder auch miteinander etwas zu unternehmen, ist besonders für jene Menschen wichtig, die aufgrund ihrer Erkrankung Gefahr laufen sich zu isolieren oder von der Gesellschaft isoliert zu werden. Nach einer psychischen Krise mit stationärer Behandlung kehren die Betroffenen häufig nach der Entlassung in eine Isolation zurück. Soziale Kontakte sind unterbrochen worden und die Wiederaufnahme fällt schwer.

In tagesstrukturierenden Einrichtungen werden Menschen darin unterstützt, Beziehungen und Kontakte zu knüpfen, den Alltag sinnvoll und befriedigend zu gestalten, Fähigkeiten und Fertigkeiten in den unterschiedlichsten Bereichen einzubringen und diese zu üben. Menschen mit einer chronischen psychischen Erkrankung finden dort Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung des eigenen Alltages, ergänzend zur Betreuung durch das Ambulant Betreute Wohnen. Eine sinnvolle und befriedigende Betätigung sowie eine geregelte Tagesplanung trägt viel zur Stabilisierung bei.

Die Psychiatrische Hilfgemeinschaft Duisburg gGmbH (PHG Duisburg) ist Träger mehrerer ambulanter sozialpsychiatrischer Versorgungsangebote für den Duisburger Norden und Westen. Die PHG unterhält zwei Sozialpsychiatrische Zentren (SPZ), eins in Duisburg-Neumühl und das zweite in Duisburg-Homberg mit den Angeboten: Kontakt- und Beratungsstelle, Ambulant Betreutes Wohnen und Tagesstätte.

Kontakt- und Beratungsstelle

Die Kontakt- und Beratungsstelle bildet den zentralen Baustein in der Konzeption des SPZ. Sie ist Portal und Anlaufstelle und bietet damit einen niederschweligen Zugang in das System der psychosozialen und psychiatrischen Hilfen. Sie ist Treffpunkt für psychisch kranke Menschen, Schnittstelle zu allen internen Hilfeleistungen des Trägers und darüber hinaus Keimzelle bürgerschaftlichen Engagements der Betroffenen füreinander und will die Eigenverantwortung stärken. Willkommen sind jedoch nicht nur Menschen mit psychischen Erkrankungen, sondern alle Personen des Quartiers den Treffpunkt zu nutzen und bei einem Kaffee oder Tee eine Pause zu machen und mit Leuten ins Gespräch zu kommen und sich selbst ein Bild über die Einrichtung und die Menschen, die dort verkehren, zu machen.

Die Kontakt- und Beratungsstelle bietet die Möglichkeit unverbindlich verschiedene Angebote von montags bis freitags und am Sonntag in selbstbestimmter persönlicher Zeitintensität zu nutzen.



© andreakrone - Fotolia.com

Beispiele aus den Angeboten der Kontakt- und Beratungsstellen

- Erstgespräche und Beratung**
- Öffentlicher Bücherschrank**
- Treffen von Selbsthilfegruppen**
 - Depression
 - psychisch erkrankte Männer mit Migrationshintergrund
 - Angst
- Fahrradwerkstatt**
- Kreative Gruppen**
 - Strickklön
 - basteln
 - Mandala malen
- Bewegungsangebote**
 - Schwimmen
 - Wing Tsun
 - Walken
- Entspannungsgruppe**
 - Progressive Muskelentspannung
- Außenaktivitäten**
 - Kegeln
 - Einkaufsfahrt nach Venlo

Tagesstätte

Dem Alltag Struktur geben – die eigene Zeit sinnvoll gestalten! Die Tagesstätte schafft ein sicheres Umfeld für diese Herausforderung als Einladung aktiv und selbstbewusst mit fachlicher Unterstützung die eigenen Stärken neu zu entdecken.

Die Tagesstätte bietet von montags bis freitags ein strukturiertes Programm über sechs Stunden am Tag. Sie ist für Menschen ein Angebot, die verbindliche Strukturen als hilfreich und stützend erleben. Alle Angebote werden ressourcenorientiert gestaltet, Prozesse und Ergebnisse mit den Nutzern reflektiert und persönliche Fähigkeiten herausgearbeitet. In der Tagesstätte wird das unterstützende Bezugssystem praktiziert. Eine Mitarbeiterin ist als feste Gesprächspartnerin mit dem Klienten über Perspektiven im Gespräch, ist ansprechbar für persönliche Nöte und Ängste und stellt in Krisensituationen die Verbindung zu betreuenden Institutionen her.

Aufgenommen werden Menschen, die dem Arbeitsmarkt nicht mehr zur Verfügung stehen und mit diesem verbindlichen Betreuungsangebot weiter selbstbestimmt in der eigenen Wohnung leben können.

Wer Interesse an der Betreuung in der Tagesstätte hat, kann in einem unverbindlichen Informationsgespräch mit einer Mitarbeiterin der Tagesstätte alle Fragen, Unsicherheiten und einen möglichen persönlichen Wochenplan besprechen. Am Ende des Gespräches kann die Aufnahme in die Tagesstätte vereinbart werden, dies ist aber kein Muss. Die Mitarbeiter der Einrichtung unterstützen die Klienten bei der Antragsstellung beim Landschaftsverband Rheinland, der Kostenträger der Maßnahme ist. Für den Aufnahmeantrag bedarf es u.a. einer fachärztlichen Stellungnahme. Die Teilnahme am Wochenprogramm kann an drei, vier oder fünf Tagen erfolgen.

Beispiele aus den Angeboten der Tagesstätten

- Hauswirtschaft**
 - Wäschepflege
 - Putzdienste
 - Unterstützung bei der Zubereitung von Mahlzeiten
- Papier- und Pappwerkstatt**
 - Fertigung von Büro- und Geschenkartikeln
 - Verkauf der Produkte
- Monatliche Ausflüge**
 - Zoom Erlebniswelt
 - Sealife
- Feste und Feiern im Jahreskreislauf**

Beispiel eines Monatsprogramms für die Nutzer der Kontakt- und Beratungsstelle und die Klienten der Tagesstätte

DER OFFENE TREFF IST GEÖFFNET:

Montag bis Freitag 09:00 – 14:00 Uhr
An Sonn- und Feiertagen 15:00 – 18:00 Uhr

Regelmäßige Angebote im SPZ

Montag

10:00 - 12:00 Kurs „Deutsch als Fremdsprache“
12:30 Mittagessen
14:00 - 15:00 Konzentrationsangebot
14:00 - 15:30 „Strickklön“

Dienstag

09:30 - 10:45 Gymnastik
09:30 - 12:30 Werkstatt „Pappe und Papier“
11:00 - 12:00 SPDi - med. Beratung (04.11.)
11:00 - 11:45 Entspannung
12:30 Mittagessen
14:00 - 15:30 Philosophie-Gruppe
16:00 – 18:30 Mädchengruppe der JuHi und KipE
17:30 - 20:00 „Offener Treff“ für Erwachsene zwischen 24-35 Jahren (04.11.)
17:00 - 19:00 Angehörigentreffen (25.11.)

Mittwoch

09:30 - 10:45 Fitness
10:30 - 12:00 SPDi - Offene Sprechstunde
11:00 - 11:45 Entspannung
12:30 Mittagessen
14:00 - 15:30 Spielegruppe
16:30 - 18:30 Kegeln (05.11.)
Ort: An der Abtei 1, 47166 Duisburg

Donnerstag

11:15 – 12:00 Besucherversammlung (27.11.)
12:30 Mittagessen
14:00 - 15:30 Kreativ-Gruppe
14:00 - 15:30 „Horizonte“: Selbsthilfegruppe Depression (06.11. + 20.11.2014)
14:00 – 16:00 Selbsthilfegruppe „Depression“ für türkische Männer (13.11. + 27.11.)

Freitag

09:00 - 11:30 Begegnungsfrühstück (28.11.)
Kostenbeitrag 3,00 €, Voranmeldung erbeten
12:00 Mittagessen
13:00 - 13:45 Konzentrationsangebot
13:45 - 15:15 Mandalamalen

Kurz-Info: Tagesstruktur & Betätigung für Menschen mit psychischen Erkrankungen

Tagesstätte unterstützt auf dem Weg zu einer möglichst selbstbestimmten Lebensgestaltung.

Dem Alltag Struktur geben - die eigene Zeit sinnvoll gestalten. Die Tagesstätte schafft ein sicheres Umfeld für diese Herausforderung, als Einladung aktiv und selbstbewusst mit fachlicher Begleitung die eigenen Stärken neu zu entdecken.

Die Tagesstätten in Neumühl und Homberg sind Einrichtungen der PHG, eines anerkannten Anbieters der psychosozialen Versorgung in Duisburg. Dies bedeutet, dass in der Regel der Landschaftsverband Rheinland die Kosten für den Besuch der Tagesstätte im Rahmen der Eingliederungshilfe übernimmt.

In Einzelfällen kann eine Zuzahlung erforderlich sein. Informieren Sie sich über Ihre Möglichkeiten. Wir unterstützen Sie dann bei der Antragsstellung und klären gemeinsam mit Ihnen die Kostenfrage. Benötigt werden:

- Einkommensbescheinigung, (Rente, Grundversicherung SGB XII usw.)
- Mietbescheinigung
- fachärztliche Bescheinigung

Für nähere Informationen vereinbaren Sie ein unverbindliches Informationsgespräch unter der Rufnummer: 0203 34 87 60

Klienten kommen zu Wort . . .

. . . zur Kontakt- und Beratungsstelle

Gibt es ein Programm in der Kontakt- und Beratungsstelle oder ist das ein völlig freies Angebot der Begegnung?



Frau G.: „Wir haben hier auch ein Programm, es werden ja verschiedene Sachen hier angeboten, die Spielegruppe, dann die Depressionsgruppe, die Kegelgruppe, also es gibt auch schon Programmangebote hier. Und sonst sitzt man aber auch einfach nur gemütlich zusammen und macht Spiele oder wir haben jetzt einen tollen Bücher-

schrank, man kann also auch lesen, also so hat man immer irgend-

etwas zu tun.“
„Das liebste Angebot ist mir der Sport, ich mache im Moment bei der Sportgruppe mit und Entspannung, da habe ich schon sehr viel für mich gelernt und es tut mir auch richtig gut. Ja - das ist meine liebste Gruppe und die Selbsthilfegruppe Depression, die ich selber leite.“

Die Kontakt- und Beratungsstelle ist ein niedrigschwelliges Angebot, ein Ort des Zusammentreffens, an das keine besonderen Bedingungen, kein Vertrag und keine Verpflichtungen geknüpft sind. Wie gefällt Ihnen dieses Angebote?



Herr E.: „Ich bin fast jeden Tag hier, selten dass ich mal fehle, montags und donnerstags habe ich in der Tagesstätte zwar frei, dann bin ich aber trotzdem hier und sitze dann in der KuB, weil ich dort auch immer andere Leute kennenlerne und ich sitze viel lieber hier in der KuB, als dass ich alleine zu Hause sitze. Dann haben wir ja auch

Spielenachmittage hier, dann spielen wir Karten oder Brettspiele. Dienstags, mittwochs und freitags bin ich hier auch in der Werkstatt und oben in der Tagesstätte.“

„Und - man lernt hier sehr viele Leute kennen, wenn man das will, ich kann hier für wenig Geld frühstücken, ich kann in der PHG Mittag essen für wenig Geld und ich habe hier mehrere Möglichkeiten, mich zu entfalten, unterhaltsame und interessante Gespräche zu führen, was ich zu Hause alles nicht habe.“

Was wäre, wenn es die Kontakt- und Beratungsstelle nicht gäbe?



Frau G.: „Das wäre ein Problem, weil ich wüsste dann nicht mehr, wie ich die Zeit verbringen sollte. Das habe ich ja früher auch oft gehabt, das Problem, nach dem Tod von meinem Partner und da war ich froh, dass ich hier den Platz gefunden habe, wo ich hingehen kann.“

Frau O.: „Die Psychiatrische Hilfsge-
meinschaft ist dafür da, dass wir Klienten
nicht immer in der Klinik landen.“

Warum muss am Wochenende auch etwas angeboten werden?

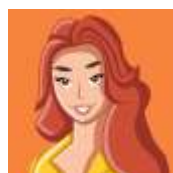


Frau G.: „Das Wochenende ist zu lang, die meisten Klienten wissen sonntags nicht, was sie machen sollen. Der Tag ist zu lang und sie wissen nicht, wohin und deswegen freuen die Klienten sich, dass sie sonntags hier hinkommen können. Von 15 Uhr bis 18 Uhr ist sonntags geöffnet. Manche stehen schon um 12 Uhr - oder noch früher - vor der Tür

und warten sehnsüchtig, dass endlich aufgemacht wird.“

. . . zur Tagesstätte

Frau O., wie lange sind Sie schon in der Tagesstätte?



„Seit Januar 2001“ (Schweigen)

Das sind ja über 13 Jahre - hat sich in dieser Zeit bei Ihnen etwas verändert?

Frau O.: „Ja, ich habe mehr Tagesstruktur, ich hänge nicht nur zu Hause rum und es hilft mir auch über Krisen hinweg.

Also weil ich in der Zeit ja auch öfter schon einmal in der Psychiatrie war und wenn man dann nach dem Krankenhausaufenthalt wieder so alleine gelassen wird, dann ist es halt schwierig und man ist sehr schnell in der Gefahr, dass man dann doch wieder dahin muss, also wieder in die Psychiatrie. Die Tagesstätte hilft mir, dass ich nicht gleich wieder ins Krankenhaus muss.“

Welche Angebote der Tagesstätte nutzen Sie am liebsten



Herr E.: „Am liebsten ist mir der Dienstag, die Konzentrationsübungen, weil ich das gerne mache, die Aufgaben gefallen mir so gut und die Darstellung, wie die das machen, immer wieder etwas Anderes, immer wieder etwas Neues – das gefällt mir halt eben. Rechenaufgaben und Suchbilder und Wortspiele und so etwas alles, das ist das, was mir gefällt. Und ich kann diese Sachen auch ganz gut.“



Herr P.: „In der Pappe- und Papierwerkstatt arbeiten, das mache ich am liebsten. Da kleben und schneiden wir bestimmte Produkte, vorher muss man die Maße oder die Umrisse aufzeichnen. Ja - und Bewegen ist gut für mich.“

Herr P. – und warum bleiben Sie nicht einfach zu Hause?

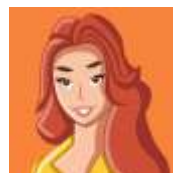
„Weil, wenn ich arbeite, habe ich keine schlechte Laune. Wenn ich nicht arbeite, dann geht's mir nicht gut, aber wenn ich arbeite, dann fühle ich mich besser.“

Wie gefallen Ihnen die Angebote in der Tagesstätte?



Herr E.: „Ich finde das hier schön, ich bin morgens immer in der Pappe- und Papierwerkstatt bis um 12 Uhr, dann gibt's Mittag und dann nehme ich die Nachmittagsangebote auch noch wahr. z.B. dienstags Konzentrationsgruppe, mittwochs Spiele oder freitags die Tagesstättenrunde, wo wir alle von der Tagesstätte zusammen sind und jeder kann sich da äußern.“

Was wäre denn, wenn es die Tagesstätte nicht gäbe?



Frau O.: „Dann wären die Kliniken überfüllt. Und für mich persönlich wäre das schwierig, dann wäre ich wahrscheinlich schon längst wieder in der Klinik. Ich bin sehr froh, dass es die Tagesstätte gibt. Hier ist es viel besser als in der Klinik. Ich komme ja morgens schon recht früh zur Tagesstätte, so um 8 Uhr, weil ich es zu Hause

dann nicht mehr aushalte. Morgens habe ich immer so eine innere Unruhe, dann laufe ich zur Haltestelle, das sind so 20 Minuten und dann fahre ich mit der Bahn hier hin und frühstücke hier und treffe dann auch andere Klienten und habe Ablenkung und soziale Kontakt. Um halb zehn geht's dann ja auch los mit der BuBi, mit der Buchbinde-Werkstatt. Wenn es mir ganz schlecht ginge, dann könnte ich natürlich jederzeit auch in die Klinik, das wäre meine freie Entscheidung, aber ich lege es nicht gerade darauf an.“

AGpR Uwe-Komes-Preis verliehen

Die Arbeitsgemeinschaft Gemeindepesychiatrie Rheinland (AGpR) hat in Duisburg erstmals einen Förderpreis für außergewöhnliche Konzepte und Projekte der Migrantenarbeit verliehen. Ausgeschrieben waren Geldpreise im Gesamtwert von 10.000 Euro. Im Rahmen einer Feierstunde im Saal der Jüdischen Gemeinde Duisburg-Mülheim-Oberhausen wurden die Sieger bekannt gegeben.

Den Aufschlag beim Festakt mit rund 100 Gästen machte der Duisburger Bürgermeister Erkan Kocalar. Er bedankte sich bei allen Akteuren und hob die hohe Qualität der eingereichten Projekte hervor. Insgesamt neun Vereine und Einrichtungen zwischen Oberhausen und Bonn hatten sich um den Preis beworben.



Die Vorstandsvorsitzende der AGpR, Claudia Seydholdt, erläuterte die Ausschreibungskriterien. Geehrt wurden Einrichtungen, die besonders zum kultursensiblen Umgang in gemeindepesychiatrischen Einrichtungen oder zur Beseitigung von spezifischer Benachteiligung psychisch erkrankter oder behinderter Menschen mit fremdem kulturellen Hintergrund beitragen.

In Erinnerung an den Namensgeber des Preises, den aus Duisburg stammenden und 2013 verstorbenen Uwe Komes, trat dessen Witwe, Irene Vormbaum, ans Rednerpult. „Sein Herzstück war die Arbeit mit psychisch kranken Menschen aus anderen Kulturen“, betonte sie. Deshalb sollen Arbeiten, die sich in diesem Bereich engagieren mit dem Preis ausgezeichnet werden. Uwe Komes war auch jahrelang im Vorstand der AGpR tätig.

In einer engagierten Laudatio betonte der Landtagsabgeordnete Arif Ünal, dass derartige Hilfsangebote für jeden sichergestellt werden müssten; Auch wenn NRW in Sachen Migration und Gemeindepesychiatrie eine Vorreiterrolle habe, so reichten die vorhandenen Angebote bei weitem im Verhältnis zur Zahl der Migrantinnen und Migranten nicht aus.



Arif Ünal, links, MdL NRW (BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN) im Gespräch mit Erkan Kocalar, Bürgermeister der Stadt Duisburg (DIE LINKE)



Die fachlich hochkarätige Jury um Herrn Tayfun Keltec (Vorsitzender des Landesintegrationsrates NRW) hatte bei ihrer Bewertung besonders auf die Nachhaltigkeit und Innovation der Projekte geachtet. „Wir würden uns sehr freuen, wenn wir das Thema mit dieser Preisverleihung neu beleben könnten“, so Claudia Seydholdt. Die Juroren hatten entschieden, statt eines ersten Preises zweimal einen zweiten und zweimal einen dritten Preis zu vergeben.



Gemeindepesychiatrie verleiht erstmals Förderpreis Allen Preisträgern herzliche Glückwünsche



Der erste 2. Preis und damit 3.000 € ging an **Lebensräume für Menschen in Duisburg** – für ihre Beratung von Familien mit Migrationshintergrund in türkischer Sprache sowie Veranstaltungen wie das „Fastenbrechen“ und „Festtagskarten zum Ramadan“.



Der zweite 2. Preis und damit ebenfalls 3.000 € ging an **die Sozialpsychiatrischen Zentren des Kreises Mettmann** für das „kleine psychosoziale Adressbuch“. Das bisher existierende Verzeichnis soll in Türkisch und Russisch übersetzt und um entsprechende Angebote ergänzt werden.



Der erste 3. Preis und 2.000 € ging an das **Gesundheitszentrum des Diakonischen Werkes Oberhausen**. Die Einrichtung bietet eine offene Migrantengruppe für psychisch kranke Menschen aus dem osteuropäischen Raum an, die von MitarbeiterInnen mit Migrationshintergrund und entsprechenden Sprachkenntnissen (polnisch, serbokroatisch und türkisch) begleitet wird.



Der zweite 3. Preis und damit auch 2.000 € ging an die **Intego gGmbH aus Oberhausen**. Die Einrichtung bietet eine offene Beratung in türkischer Sprache an. Darüber hinaus werden Informationen über die psychosoziale Versorgung auch türkischer BürgerInnen zugänglich gemacht, indem Flyer übersetzt und Informationsveranstaltungen in türkischer Sprache durchgeführt werden.

Die Arbeitsgemeinschaft Gemeindepesychiatrie Rheinland will den AGpR Uwe-Komes-Preis zukünftig regelmäßig vergeben. □



kunst^{VERRÜCKT}

Menschen mit psychischer Erkrankung, allesamt Besucher des Sozialpsychiatrischen Zentrums Homberg, einer Einrichtung der PHG Duisburg, haben vor fast zwei Jahren damit begonnen zu malen und im Oktober 2013 erstmals ihre Ergebnisse öffentlich im Bezirksamt Homberg präsentiert.

Auch die für diese zweite Ausstellung geschaffenen Werke sind ästhetische Dokumente inneren Erlebens. Sie erlauben einen besonderen Einblick in die Erfahrungen von Grenzsituationen menschlicher Existenz und dem individuellen Versuch der Bewältigung einer psychischen Erkrankung.

Thomas Krützberg, Schirmherr der Ausstellung und Kulturdezernent der Stadt Duisburg, eröffnete die Ausstellung **kunst^{VERRÜCKT}** am 24. Oktober 2014, im Bezirksrathaus Homberg.



Durch dieses kulturelle Angebot einer öffentlichen Ausstellung versucht die PHG Duisburg für ein breites Publikum die Fähigkeiten psychisch erkrankter Menschen sichtbar zu machen. Ziel ist es, eine öffentliche Diskussion über psychische Erkrankungen anzuregen und gleichzeitig Vorurteile und Berührungsängste abzubauen.

Die Beziehung, die der Betrachter zum Künstler einnimmt, macht die Erfahrungen des Betroffenen auf besondere Art und Weise nachvollziehbar und erlaubt eine Auseinandersetzung mit dem Thema. Wenn Außenstehende ein Kunstwerk betrachten, dann denken sie automatisch an den Künstler dahinter. Sie erwarten typischerweise einen Menschen mit besonderen Fähigkeiten. Zum Klischeebild eines Künstlers passt nicht unbedingt eine psychische Erkrankung.



Die Ausstellung war zu sehen vom 27. Oktober bis 28. November 2014 im Bezirksrathaus Homberg, 1. Etage, Bismarckplatz 1, Duisburg-Homberg, Mo-Fr 8.00-16.00 Uhr. □

Kontakt: Sozialpsychiatrisches Zentrum Homberg 02066 22788-0.

Öffentlicher Bücherschrank in PHG Duisburg eröffnet

Beim Öffentlichen Bücherschrank können sich Interessierte kostenfrei Bücher mitnehmen, behalten, ausleihen oder aber auch selber welche spenden – ganz nach dem Motto „Geben, Nehmen, Tauschen, Teilen“. Am 5. November 2014 eröffnete Uwe Heider, Bezirksbürgermeister von Hamborn, den Öffentlichen Bücherschrank der PHG Duisburg in der Kontakt- und Beratungsstelle im Sozialpsychiatrischen Zentrum Nord (SPZ Nord).



v.l.: M. Synowczek, jobcenter Duisburg, Teamleiter, B. Richterich, PHG, Geschäftsführerin, M. Berns, Duisburger Bürgerstiftung, Geschäftsführer, C. Kastner, PHG, Einrichtungsleiterin, U. Heider, Bezirksbürgermeister Hamborn, J. Scherhag, Bezirksamtsleiter

„Lesen bildet und hier erfüllen die Öffentlichen Bücherschränke eine wichtige Aufgabe. Es kann doch nicht genug Bücher geben in diesen Regalen hier.“ Mit diesen Worten appellierte Bezirksbürgermeister Uwe Heider an die Nachbarn aus Hamborn und Neumühl, noch mehr Bücher für den Öffentlichen Bücherschrank zu spenden, abzugeben bei der PHG Duisburg in der Gehrstraße 54.

„Meine Frau und ich, wir haben jeder nur noch genau drei Bücher zu Hause. Wir hatten einmal ganz viele, die haben wir alle gespendet, damit sie noch von anderen Menschen gelesen werden können“ sagt Michael Synowczek, Teamleiter im jobcenter, in seinen Grußworten mit ein bisschen Stolz in der Stimme. Und er hatte die gute Nachricht im Gepäck, dass das Projekt Arbeitsinitiative Nord (PAN) auch im nächsten Jahr vom jobcenter gefördert werden wird. Und das ist wichtig, denn der Öffentliche Bücherschrank in der

PHG Duisburg wird realisiert durch die Teilnehmer des PAN.

Birgit Richterich, Geschäftsführerin der PHG Duisburg weiß, dass „so ein öffentlicher Bücherschrank in so einer Einrichtung wie der PHG Duisburg Türen öffnet, er bietet die Möglichkeit zur gelebten Inklusion“. Ein Stichwort dass der Geschäftsführer der Duisburger Bürgerstiftung, Manfred Berns in seinen Ausführungen gerne aufgegriffen hat. Öffentliche Bücherschränke sind eine Initiative der

Bürgerstiftung Duisburg, die inzwischen 14 dieser tollen Einrichtungen in Duisburg eröffnen konnte.

Durch den Abend moderierte die Hausherrin Claudia Kastner, Einrichtungsleiterin des SPZ Nord, die sich besonders freute, dass die feierliche Eröffnung durch drei kleine Lesungen eingerahmt wurde, vorgetragen von Stefanie Boreck und Rene Breuer, zwei Teilnehmern aus dem Projekt Arbeitsinitiative Nord (PAN). □

Kontakt: Öffentlicher Bücherschrank, Kontakt- und Beratungsstelle der PHG Duisburg, Gehrstr. 54 in Neumühl, Tel.: 0203 34876-0
Öffnungszeiten: Mo - Fr 09.00 - 14.00 Uhr

Kurzmeldungen

◆ Rauchfrei unterm Weihnachtsbaum in 6 Wochen zum Nichtraucher



Ein Angebot für Klientinnen und Klienten der PHG Duisburg an allen Standorten, ein Angebot an alle, die schon immer mit dem Rauchen aufhören wollten. Die Teilnahme ist kostenlos. Voraussetzungen: Keine -

Sie müssen nur mit dem Rauchen aufhören wollen.

Der Kurs ist ein Freizeitangebot mit 7 Gruppentreffen montags und donnerstags von 16.30-18.00 Uhr, am 10. / 13. / 17. / 20. / 24.11. sowie am 01. und 15.12.2014 - am 08. und am 11.12. wird eine individuelle Telefonberatung angeboten. An den Kurstagen wird zur Vorbereitung auf den Kurs für die Zeit von 15.30-16.30 Uhr eine lockere Entspannung angeboten in Form von Spaziergängen, Spiele spielen oder dem PHG-Talk zu tagespolitischen Themen. Der Kurs ist im SPZ Nord, Gehrstraße 54, mit 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmern ausgesprochen erfolgreich angelaufen. Die erste Teilnehmerin hat schon mit dem Rauchen aufgehört, weitere werden folgen.



**VERRÜCKT?
NA UND!**
Seelisch fit in Schule
und Ausbildung

◆ Verrückt? Na und! Seelisch fit in Schule und Ausbildung

Verrückt? Na und! ist ein Projekt, das Schulen anbietet einen Projekttag zum Thema „seelisch fit in Schule und Ausbildung“ in der Schule durchzuführen. Den Projekttag gestaltet ein Team, bestehend aus einem Profi aus dem Bereich der psychischen Gesundheit und einem „Experten in eigener Sache“, also einem Betroffenen, der weiß,

wovon er spricht. Im Sommer hat sich eine Gruppe von ca. 10 Profis und ca. 10 Experten zusammengefunden, sie haben die Regionalgruppe Duisburg gegründet. Die Gruppe trifft sich das nächste Mal am 07.01.2015, um 13.30 Uhr im SPZ Nord der PHG Duisburg, in der Gehrstraße 54 in Duisburg Neumühl.

Nähere Informationen bei Jürgen Mickley unter 0176 21952424.

◆ Jahreskalender zur Kunstausstellung kunst^{VERRÜCKT} Ausstellung im Bezirksrathaus Homberg



Alle ausstellenden Künstler sind Nutzer des Sozialpsychiatrischen Zentrums Homberg, einer Einrichtung der PHG Duisburg. Sie zeigen mit ihren Kunstwerken, dass Menschen mit psychischer Erkrankung ausgesprochen kreativ, fantasievoll und leistungsfähig sein können.

Ein Kunst-Jahreskalender mit Abbildungen einer Auswahl der Exponate ist zum Preis von 5 € im SPZ Homberg käuflich zu erwerben.

Alle Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen, die Ausstellung zu betrachten. Die Ausstellung war zu sehen vom 27. Oktober bis 28. November 2014 im Bezirksrathaus Homberg, 1. Etage, Bismarckplatz 1, Duisburg-Homberg, Mo-Fr 8.00-16.00 Uhr.

Nähere Informationen im Sozialpsychiatrischen Zentrum Homberg unter 02066 22788-0.

◆ Tag der Seelischen Gesundheit - 10. Oktober

Das SPZ Homberg beteiligte sich am internationalen Tag der seelischen Gesundheit 2014. Der Tag startete mit einem gesunden und ausgewogenen Frühstück in geselliger Klientenrunde. Dabei wurde in entspannter Atmosphäre besprochen, was jeder mit einfachen Mitteln zu seiner seelischen Gesundheit beitragen kann.

Um den Beginn des Herbstes, für die Klienten eine eher schwierige Jahreszeit, zu erleichtern, wurde im Anschluss an das Frühstück eine filmische Komödie gezeigt. Das herzliche Lachen der Klienten und deren fröhliche Gesichter nach dieser Aktion zeigten, wie wichtig für das seelische Befinden Lachen und Leichtigkeit ist, um dem täglichen Erleben der Klienten die Schwere zu nehmen.

◆ Starke Selbsthilfe - Starke Mitglieder PHG-Klienten erfolgreich in Fortbildung



Vier Klientinnen und Klienten aus dem SPZ Homberg nehmen an einem Fortbildungsprojekt zur Stärkung und Stabilisierung von

Selbsthilfegruppen im psychischen Bereich teil.

In den letzten Kursterminen stand die „Kommunikation in der Selbsthilfegruppe“ und die Möglichkeiten und Grenzen der Selbsthilfe im psychischen Bereich“ im Fokus.

Am 13. Dezember wird der nächste Kurs angeboten, diesmal zum Thema „Resilienz“. Ein Kurs zur Stärkung der psychischen Widerstandsfähigkeit, denn Resilienz, das ist die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen und als Anlass für Entwicklungen durch Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu nutzen. Aufgrund der zu erwartenden hohen Nachfrage wird der Kurs einmal um 10.00 Uhr und ein zweites Mal um 15.00 Uhr geplant.

Gefördert wird das gesamte Projekt zur Stärkung der Selbsthilfegruppen im psychischen Bereich durch die Arbeitsgemeinschaft der Krankenkassen und -Verbände in NRW.

Veranstalter und Kontakt:

Selbsthilfe-Kontaktstelle Duisburg

Eine Einrichtung des PARITÄTISCHEN, Anja Hoppermann,

Tel.: 0203 6099041, Musfeldstraße 161-163, 47053 Duisburg

selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org

www.duisburg.selbsthilfenetz.de

◆ Praxis für Ergotherapie wieder in altbewährter Leitung



Andrea Ludwig, PHG Duisburg, Praxis für Ergotherapie, Leiterin

Nach dem Erziehungsurlaub hat Andrea Ludwig die Leitung der Praxis für Ergotherapie bei der PHG Duisburg wieder übernommen. Sie hofft, dass „wir bald aus dem Anbau des alten leerstehenden Gesundheitsamtes in Hamborn in neue Praxisräume umziehen können.“ Aber natürlich läuft bis dahin der ganz normale Praxisbetrieb in den jetzigen Räumen in der Viktoriastraße 8 (Eingang Sieglindenstraße 15) in Hamborn weiter. Ergotherapie hilft, wenn Krankheiten oder ein Unfall die Handlungsfähigkeit eingeschränkt haben oder durch Störungen in der Entwicklung beeinträchtigt sind.

Versicherte haben im Krankheitsfall einen Anspruch auf Ergotherapie (anerkanntes Heilmittel nach § 32 SGB V).

Der Hausarzt oder Facharzt veranlasst die Ergotherapie und stellt die Verordnung aus. Die Krankenkasse übernimmt in diesem Fall die Behandlungskosten. Sie können sich aber auch gerne privat von uns behandeln lassen.

Unser Behandlungsspektrum umfasst Therapien in den Bereichen: Psychiatrie / Gerontopsychiatrie, Pädiatrie, Neurologie und Orthopädie.

Kontakt: Praxis für Ergotherapie

Viktoriastraße 8 (Eingang Sieglindenstraße 15), 47166 Duisburg

Tel.: 0203 34876-1400, Terminabsprachen: Mo-Fr, 8.30-16.00 Uhr

Impressum:

PHG Duisburg gGmbH (Herausgeber), Gehrstraße 54, 47167 Duisburg, Tel.: 0203 34876-0, Fax: 0203 34876-1209, geschaeftsstelle@phg-du.de, www.phg-du.de, verantw.: Birgit Richterich, Redaktion: Jürgen Mickley