

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

8:00 Uhr Morgenplausch	8:00 Uhr Morgenplausch	8:00 Uhr Morgenplausch	8:00 Uhr Morgenplausch	8:00 Uhr Morgenplausch
9:00 - 9:45 Uhr Frühstück	9:00 - 9:45 Uhr Frühstück	9:00 - 9:45 Uhr Frühstück	9:00 - 9:45 Uhr Frühstück	9:00 - 9:45 Uhr „Süßes“ Frühstück
9:45 - 10:00 Uhr	9:15 - 10:15 Uhr	9:45 - 10:30 Uhr	10:00 - 11:30 Uhr	9:45 - 10:00 Uhr
12:00 Uhr	10:30 - 11:30 Uhr	12:00 Uhr	12:30 Uhr	12:00 Uhr
Ergotherapie	Bewegung	Ergotherapie	Ergotherapie	Angebot
Kochen	Entspannung	Kochen	Kochen	Kochen
12:30 Uhr Mittagessen	12:30 Uhr Mittagessen	12:30 Uhr Mittagessen	12:30 Uhr Mittagessen	12:30 - 14:00 Uhr
Pause	Pause	Pause	Pause	Mittagessen und Wochenausklang
13:00 - 14:00 Uhr Walken	14:00 - 16:15 Uhr Spiele/Sonderaktivitäten/ Gartengruppe/Backen	13:45 - 14:30 Uhr Konzentrationstraining	14:45 - 15:30 Uhr Plenum	11:15 - 12:15 Uhr Bewegung
14:30 - 16:00 Uhr Soziales Kompetenztraining	Schwimmen (monatlich)	15:30 - 16:15 Uhr Kaffeetrinken	14:00 - 16:00 Uhr Ergotherapie	12:30 Uhr Mittagessen
				Monatsanfang: ca. 13:45 Uhr Kasse



Psychosoziale  
Hilfen Bochum  
e.V.

### Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag: 8.00 – 16.15 Uhr  
Freitag: 8.00 – 14.00 Uhr (in Ausnahmen länger)



Wittenbergstraße 11  
44892 Bochum-Langendreer

Tel.: 0234 438 99 06  
Fax: 0234 438 99 04

www.psh-bochum.de  
tagesstaette@psh-bochum.de



Psychosoziale  
Hilfen Bochum  
e.V.

## Tagesstätte

für Menschen  
mit psychischer  
Beeinträchtigung

## Die Tagesstätte bietet ...

## Wer kann KlientIn werden?

### Die Tagesstätte möchte...

dazu beitragen, gesunde Anteile der KlientInnen zu stärken, ihre geistigen, emotionalen und sozialen Fähigkeiten zu fördern und ihren gesundheitlichen Zustand zu stabilisieren und zu verbessern.

### Es liegt uns am Herzen...

dass mit unseren Angeboten und im täglichen Miteinander Anregung und Raum wächst, die Selbstheilungskräfte des/der Einzelnen zu aktivieren und zu entfalten. Im Rahmen des Möglichen sollen so Lebensqualität und Lebensfreude zunehmen und sich mehren können.

### Verbindlichkeiten:

Der Besuch umfasst in der Regel die Anwesenheit an fünf Wochentagen und die Teilnahme an mindestens einem Angebot aus den Bereichen Ergotherapie, Bewegung und alltagspraktische Tätigkeiten.

Entsprechend den persönlichen Neigungen und Zielsetzungen wird der Wochenplan mit jedem/ jeder KlientIn individuell abgestimmt. Hierbei sind, falls sinnvoll und erforderlich, auch Abweichungen von der oben genannten Regel möglich.

... tagesstrukturierende Angebote, die der Alltagsbewältigung und -gestaltung dienen.

### Unser Angebot umfasst:

- Ergotherapie
- Möglichkeit zur PC-Nutzung, CogPack
- Gartenarbeiten
- Bewegung, Körperwahrnehmung, Entspannung, leichtes Ausdauertraining, Schwimmen, Walken
- Alltagspraktisches Training: Haushaltsführung, Kochen, Backen, Einkauf
- Gedächtnis- und Konzentrationsübungen, Übungen zum sprachlichen Ausdruck
- Außenaktivitäten, Ausflüge
- Spiele
- Offener Nachmittag
- Einzelgespräche im Bezugssystem
- Gruppengespräche
- Kontakte mit anderen Menschen
- Frühstück und Mittagessen als tägliches Angebot
- Soziales Kompetenztraining

Die Tagesstätte ist eine Einrichtung für chronisch psychisch kranke Menschen, die das 65. Lebensjahr noch nicht überschritten haben.

Wer auf sich gestellt ist oder über vorhandene Hilfsangebote (Familie, Betreutes Wohnen oder andere ambulante Dienste) hinaus Unterstützung und Struktur zur Bewältigung des Alltags benötigt, kann gerne mit uns einen Informationstermin vereinbaren.

Selbstverständlich können Sie dazu auch eine Person Ihres Vertrauens mitbringen.

Zum Ausprobieren und gegenseitigen Kennenlernen gibt es dann eine Schnupperzeit, deren Länge wir jeweils mit Ihnen absprechen.

### Kosten:

Die Tagesstätte wird vom Landschaftsverband Westfalen-Lippe **LWL** finanziert und unterliegt dessen Richtlinien.

Für die KlientInnen ist die Nutzung der Tagesstätte kostenlos.

Es fallen lediglich anteilige Kosten für Getränke, die gemeinsamen Mahlzeiten und Aktivitäten an.