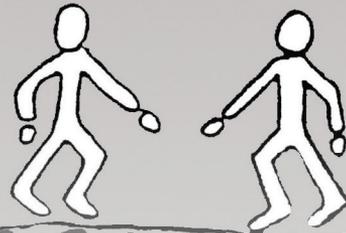


KURSWECHSEL
KURSWECHSEL



MÄRZ - JUNI 2023



INFORMATIONSZEITSCHRIFT
DER GEMEINDEPSYCHIATRISCHEN DIENSTE
IN RASTATT, BÜHL UND BADEN-BADEN



Vorwort/Impressum	3
Neujahrsgrüße	4

Angebote des Gemeindepsychiatrischen

Dienstes Rastatt	5
Tagesstätte in Rastatt	6
Club 23 / Club Horizont	7
Club Phantasie / Club Mosaik	8
TS Leo 9 EinzigARTig / Frauengruppe	9
Offener Spiele-Treff in Bühl	10
Brief an Bruder	12
Neue Leitung / Umzug ins Lions-Altenwohnstift	14

Angebote des Gemeindepsychiatrischen

Dienstes Baden-Baden	15
Tagesstätte Baden-Baden	16
Wochenprogramm Tagesstätte Baden-Baden	17
Neue Sprechstunden des SpDi	18
Mittagstisch	19
Gruppenangebote	20
Gerontopsychiatrischer Beratungsdienst	21
Club 13	22
Lachyoga	23
Neues Angebot: Walk and Talk	24
IPK	25
Caritasverband Baden-Baden	26
Caritasverband Rastatt	27
Anschriften und Sprechzeiten des SpDi	28

VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

der gemeindepsychiatrische Dienst schafft immer wieder Raum für Begegnung und Entwicklung.

In Bühl gibt es ein weiteres Spieleangebot und in der Tagesstätte in Rastatt kann man sich kreativ ausprobieren, ein schönes Programm bietet auch die Tagesstätte und der Club 13 in Baden-Baden. Der Dienst in Rastatt hat eine neue Teamleitung und beim Integrationsfachdienst sind neue Kolleginnen dazu gekommen.

Von persönlicher Entwicklung berichtet ein Bericht über einen Umzug und ein persönlicher Brief zeigt, wie man Distanz überwinden kann.

Im Heft lesen Sie zu all dem Näheres, wir wünschen Ihnen viel Spaß dabei.

Ihre

Martina Hübner-Zehnle



IMRESSUM

Herausgeber:

Gemeindepsychiatrischer
Dienst des Caritasverbandes
für den Landkreis Rastatt und
Stadtkreis Baden-Baden

Redaktion:

Martina Hübner-Zehnle
Festnetz: 07222 / 78371- 20
Mobil: 0173 / 9514772
m.huebner-zehnle@caritas-rastatt.de
Redaktionschluss: 01.06.2023

Titelbild:

K. Roos

Gestaltung & Layout:

Nick Leibbrandt
nick-l@hotmail.de

Titelbild:

K. Roos

Druck:

Druckerei -WIRmachenDRUCK
GmbH
71522 Backnang, Mühlbacherstr. 7

Neujahrsgrüße aus dem „Ambulant begleiteten Wohnen“ an alle Leserinnen und Leser des Kurswechsels

Bei einem leckeren Punsch unter bunten Lichtern und dem Geruch von duftenden Mandeln und anderen Köstlichkeiten haben wir das alte Jahr auf dem Rastatter Weihnachtsmarkt verabschiedet. Nun heißen wir das neue Jahr 2023 Willkommen.



Zum neuen Jahr wünschen wir euch so viel Glück, wie der Regen Tropfen hat, so viel Liebe wie die Sonne Strahlen hat und so viel Gutes wie der Regenbogen Farben hat.

Liebe Grüße

Ursula Hagist, Angelika Czernoch & Jana Kornmüller



**ANGEBOTE
DES GEMEINDEPSYCHIATRISCHEN
DIENSTES
RASTATT**

TAGESSTÄTTE

FÜR PSYCHISCH KRANKE MENSCHEN RASTATT

Montag:	14.00 Uhr – 17.00 Uhr	Leo9 handgemacht – Handarbeit und Kreatives
Dienstag:	09.30 Uhr 10.00 – 10.30 Uhr 10.30 – 12.00 Uhr 12.00 – 14.00 Uhr	Leo9 – offener Treff Sitzgymnastik Angebot nach Aushang Tagescafé Leo9
Mittwoch	09.00/09.30 – 11.30 Uhr 11.30 – 13.30 Uhr 12.30 – 13.30 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr	Ökoprojekt/ Monatsprojekt nach Aushang Tagescafé Leo9 Karaoke Frauengruppe (monatlich)
Donnerstag:	09.30 – 12.00 Uhr 12.00 – 13.00 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr	Leo9 Genussmorgen (Entspannung, Bewegung und mehr) Tagescafé Leo9 Club 23 (monatlich)
Freitag:	09.30 – 11.00 Uhr 11.00 – 12.00 Uhr 12.00 – 13.00 Uhr	Brezelfrühstück und Gedächtnistraining Besprechung der Besucherinnen und Besucher Tagescafé

Von **Dienstag bis Freitag** wird um 12 Uhr ein Mittagessen für **4,50 Euro** angeboten, das von der Schlossgaststätte Rastatt geliefert wird. Das Essen kann jeweils bis freitags für die darauffolgende Woche bestellt werden.

Wir freuen uns auf viele Begegnungen und bekannte wie auch neue Gesichter.

Das Team der Tagesstätte Leo 9

Unsere Adresse:
Leopoldplatz 9
76437 Rastatt
07222- 77468-22

CLUB S3

CLUBPROGRAMM

Verantwortlich: Frau Martina Hübner-Zehnle Tel.: 0173/95147-72
Treff: Einmal im Monat
um 15:00 Uhr

März

16

Spielenachmittag

April

20

Spaziergang mit Einkehr

Mai

25

Stammtisch im Hopfenschlingel

Juni

15

Wir fahren zum Erdbeercafé nach Iffezheim
(Abfahrt 15.00)



CLUB HORIZONT

Verantwortlich: Udo Süßner Tel.: 0172/78478-50
Treff: Einmal im Monat
um 15:00 Uhr

März

14

Krokusallee Baden-Baden

April

18

Kegeln im Pfarrzentrum

Mai

09

Marmorkuchen backen

Juni

06

Spielenachmittag



Club Phantasie



Altentagesstätte Durmersheim, Ritterstr. 16, 76448 Durmersheim

Verantwortlich: Udo Süßner Tel.: 0172/78478-50
Treff: Einmal im Monat
um 15:00 Uhr

März

20

Offener Treff

April

24

Spaziergang mit Einkehr

Mai

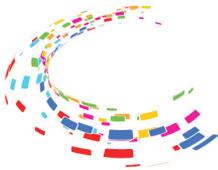
15

Spielenachmittag

Juni

12

Offener Treff



Club Mosaik

Mühlenstraße 12 77815 Bühl Tel:0172/ 9677805

Verantwortlich: Sandra Roher
Treff: Dienstag einmal im Monat
von 15:00 bis 18:00 Uhr Programm
Anmeldung: Maximale Teilnehmer*innenzahl **15 Personen**
Anmeldungen erfolgen über die Zentrale des Caritasverbandes Rastatt:
Tel: 07222/775500
E-Mail: clearingstelle@caritas-rastatt.de

März

07

Bowlen im Bowlingcenter Baden-Baden

April

04

Das Bild als Ort der Begegnung (Kreativ Angebot)

Mai

02

Bei gutem Wetter: Ausflug zu den „Geroldsauer“
Wasserfällen
Bei Regen: Achtsamkeitsübungen für den Alltag

Juni

13

Gemütliches Beisammensein am Johannesplatz in Bühl

„TS Leo9- EinzigARTig“

In unserem Monatsprojekt am Mittwochvormittag haben wir in der Tagesstätte Leo9 in Rastatt die Möglichkeit, verschiedene Themengebiete und Aktivitäten auszuprobieren.

Auf Wunsch der Besuchenden wurde das Januarprojekt „TS Leo9- EinzigARTig“ verlängert und wird mit Sicherheit auch in der nächsten Zeit noch einmal stattfinden.

In diesem Angebot entdecken wir gemeinsam unsere Kreativität, Malen, Basteln, drücken uns mit künstlerischen Mitteln aus und erleben uns im gestalterischen Tun.

Es gibt hier kein richtig und kein falsch, vielmehr geht es darum, Spaß am Kreativsein zu haben und um die Möglichkeit, uns und unsere Gefühle auszudrücken.

Wenn Sie Interesse an unserem „EinzigARTigProjekt“ oder an anderen Mittwochsprojekten haben, dann rufen Sie uns doch einfach an. Gerne geben wir telefonisch Auskunft auch über unsere sonstigen Planungen.

Wir freuen uns auf Sie! Ihre TS Leo9



TS Leo 9 in Rastatt - Frauengruppe

Jeden ersten Mittwoch im Monat von 15- 17 Uhr

„Lass dich nicht unterkriegen, sei frech und wild und wunderbar!“
(A. Lindgren Schriftstellerin)

In dieser Gruppe stellen wir uns als Frauen in den Mittelpunkt, wollen gemeinsam eine schöne Zeit verbringen, zusammen lachen, reden, vielleicht auch weinen, Neues ausprobieren, es uns gutgehen lassen, Kontakte knüpfen, ausfliegen und zusammen aktiv sein.

Das Programm wird gemeinsam besprochen und geplant.

Wir freuen uns auf viele Frauen, die sich unserer Gruppe anschließen wollen.

Ein kurzer Anruf erleichtert uns die Planung

07222/ 77468-22

Offener Spiele-Treff in Bühl Für Menschen mit seelischen Erkrankungen und ihre Angehörigen

Unter dem Motto „von Betroffenen für Betroffene“ möchten wir Sie einladen zu einem lockeren Spielenachmittag bei Kaffee, Tee und Keksen.

Der Nachmittag ist für Menschen, die seelisch erkrankt sind, eine seelische Krise befürchten oder in ihrem Umfeld mit seelischer Erkrankung konfrontiert sind. Durch gemeinsames Spielen erfahren wir Lebendigkeit, Leichtigkeit und Freude.

„Denn der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Worts Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“

Friedrich Schiller, 1759 – 1805, deutscher Dichter und Philosoph



Termine:

März: 21.03.2023

April: 18.04.2023 (14:00 Uhr bis 16:00)

An diesem Termin findet eine Informationsveranstaltung durch den Pflegestützpunkt Bühl statt zum Thema „Pflegeberatung, Pflegegrad“ vor allem im Hinblick auf eine psychische Erkrankung. Interessierte sind herzlich eingeladen.

Mai: 16.05.2023

Juni: 27.06.2023

Sämtliche Veranstaltungen finden in der Mühlenstraße 12 in Bühl statt.

Informationen vor Ort oder unter www.caritas-rastatt.de

14-tägig donnerstags von 09:30 – 11:30 Uhr

Offener Treff in Bühl

Für Menschen mit seelischen Erkrankungen und für ihre Angehörigen

Einladung zur lockeren Runde bei Kaffee, Tee und Keksen mit Gespräch, Information, Gemeinschaftsangeboten und interessantem Programm.

Angesprochen sind Menschen, die seelisch erkrankt sind oder eine seelische Krise befürchten, die nach einem stationären Aufenthalt Unterstützung benötigen, die ihrer inneren Isolation entkommen wollen oder in ihrem Umfeld mit seelischer Erkrankung konfrontiert sind.

Das Team des gemeindepsychiatrischen Dienstes freut sich auf ihren Besuch.

Termine:

März: 02.03.2023; 16.03.2023; 30.03.2023;

April: 13.04.2023; 27.04.2023;

Mai: 11.05.2023; 25.05.2023

Juni: 08.06.2023; 22.06.2023

Informationen vor Ort oder unter [www. caritas-rastatt.de](http://www.caritas-rastatt.de)

Liebe Leserinnen und Leser,

manchmal machen wir die Erfahrung, dass es nicht immer leicht ist, Dinge an – oder auszusprechen.

Wir tragen Gedanken mit uns herum und würden sie gerne jemandem sagen, was im direkten Kontakt manchmal schwierig zu sein scheint. In solchen Momenten fällt es leichter einen Brief zu schreiben, man kann seine Gedanken sortieren und reflektierter ausdrücken. Im Folgenden lesen Sie einen Brief, den uns ein Klient zur Verfügung gestellt hat.

Sein Bruder hat an ihn geschrieben....

Hallo D., lieber Bruder,

ich mach mir grad täglich Gedanken über uns, du, dich und hab mich entschlossen mal ein paar Worte loszuwerden. Ich denke es ist auch an der Zeit, dass wir - also du und ich oder auch die Familie - zusammenstehen und uns gegenseitig die Hand geben.

Ich bin mir bewusst darüber, dass kein Mensch dir wirklich nachfühlen kann und die Probleme, welche du hast, keiner von uns lösen muss und du dich damit allein fühlst. Ich kenne natürlich auch deine Gefühle nicht, ich sehe manchmal nur ein riesen Zorn, der schon sehr lange Zeit in dir schlummert und auf ärgste Weise dann herauskommt. Keiner kann das nachfühlen, was du da durchmachst mit deinen Kindern, A., Job und deinem Körper und keiner kennt deine tiefsten Punkte, wenn man nicht mehr weiterweiß und innerliche Leere hat.

Ich kann dir nur sagen, ich kenne das Gefühl von tiefster Reue und Schuldgefühlen sehr gut, als ob es ein ewiger Begleiter wäre. Ich habe mich in meinem Leben schon derb häufig extrem eklig gefühlt und mich selbst sehr arg gehasst, für das was ich gemacht hab und habe mich dann auch einfach verkrochen, weil ich keinen sehen wollte, ich konnte nicht mal jemanden sehen oder sprechen. Das Schlimmste war immer die Scham und das schlechte Gewissen mir selbst gegenüber. Was ich mir dann aber irgendwann gesagt habe ist, dass ich in so Situationen nie wieder kommen möchte und mir wurde klar, daran war zu 95% klipp und klar der Alkohol schuld. Der hat mich in ne depressive Haltung auch gedrängt, sodass ich mir sagen musste, hey das ist es doch alles gar nicht wert. Ich habe immer Mitmenschen geschadet und am meisten mir und meinem Leben.

Ich habe die letzten Wochen echt genossen, so viel Kontakt mit dir gehabt zu haben und würde das auch gern weiterführen, hat mir ein Gefühl von Normalität gegeben, weil man einfach über die Family Bescheid wusste, hat sich sehr gesund angefühlt.

Mittlerweile habe ich Angst, dass das Negative in dir weiter wächst und der Platz für Gutes und ein normales Leben immer kleiner wird. Hinzukommend auch deine Gesundheit, die man gerne mal unterschätzt. Will da nicht einfach zuschauen, ich kenn dich sehr gut und sehe vieles, was ich aber auch nicht anspreche, weil wir uns da glaube ich schon immer schwer getan haben über Gefühle zuzusprechen, aber anders kommen wir nicht weiter.

Ich habe auch das Gefühl bekommen, dass du langsam am Ende bist und ein Schlussstrich ziehen möchtest und endlich glücklich werden willst. Vielleicht wird einem auch mit der Zeit erst bewusst, dass man nicht vorwärtskommt und sich im Kreis dreht, das sind Zeichen, dass man irgendetwas nicht richtig macht.

Dummer Spruch, aber es ist wirklich nie zu spät, den richtigen Weg zu gehen, finde dafür ist auch dringlich die Zeit gekommen. Da wartet nämlich ein Leben auf dich, welches gelebt werden möchte ohne Rückschläge und Unebenheiten. Und es wird nicht aufhören, dass das Leben einen testet. Sich allem zu stellen ist nicht einfach und es prasselt alles auf einen ein. Es löst aber vieles und gibt Luft, sich um sich selbst zu kümmern. Tut man das nicht, wiederholt sich die Scheiße immer wieder. Ich musste in letzter Zeit sehr viel über mich selbst lernen und meine Depressionen bekämpfen, ich gebe denen einfach keine Chance mehr. Jeder Mensch hat seine eigenen Karten in der Hand, mit welchen er das beste Ergebnis erzielen muss.

Ich möchte hier keineswegs angreifen oder mich mit moralischen Wörtern ausdrücken, die richtigen Worte sind ohnehin schon schwer zu finden, ich meine das alles aus tiefstem Herzen gut.

Ich würde dir da einfach gerne die Hand reichen und einen Weg finden, dass wir oder du allein zu jemandem gehst, mit dem du reden kannst, einfach vieles mal loslässt. Denn das ist alles lösbar und du hast ein glückliches Leben genauso verdient wie wir alle! Ich kenne den richtigen D., dein eigentlich gutes Ich, wenn du glücklich und zufrieden bist, bist du der beste Mensch!

Zeigen wir doch der Welt, dass wir den kleinen, aber ausschlaggebenden Punkt besser sind und uns nicht unterkriegen lassen, wir haben mehr drauf!

Du bist nie allein.

Liebste Grüße, dein Bruder N.

Der Gemeindepsychiatrische Dienst hat eine neue Leitung



Zum ersten November des letzten Jahres hat sich Frau Mandy Kreuzinger aus dem Gemeindepsychiatrischen Dienst verabschiedet und die Führung des Teams an Herrn Uwe Herm übergeben. Im Rahmen einer kleinen Feier wurden nochmals gemeinsame Erinnerungen und Geschichten ausgetauscht. Wir wünschen Frau Kreuzinger alles Gute für ihren weiteren Weg im Caritasverband und begrüßen in unserer Mitte Herrn Uwe Herm.

Mein Umzug von Bühl ins Lions-Altenwohnstift Rastatt

In Bühl wohnte ich in einer WG im 3. Stock. Aus gesundheitlichen Gründen war es mir nicht mehr möglich, nach draußen zu gehen. Die steile Treppe war für mich unüberwindbar. So saß ich den ganzen Tag in meinem Zimmer und fühlte mich Tag für Tag immer schlechter. Bis ich mir selbst sagte, so geht das nicht mehr weiter. Ich muss hier raus. Bei meinem Wunsch nach einem neuen Wohnumfeld unterstützte mich meine Bezugsassistenz des begleiteten Wohnens. Schließlich war es dann möglich, nach Rastatt ins Lions-Altenwohnstift umzuziehen. Die Wohnungen des Lions-Altenwohnstiftes sind extra für Menschen ab 60 mit geringem Einkommen. Nun wohne ich im 2. Stock. Ich habe eine wunderschöne große 1-Zimmer Wohnung mit separater Küche und Badezimmer und sogar einen Balkon mit Blick ins Grüne. Es gibt 2 Fahrstühle, was es mir ermöglicht runter und nach draußen zu gehen. Ich habe hier sehr freundliche Nachbarn. Ich fühle mich hier sehr wohl und bin zufrieden. Es ist einfach sehr schön hier. Auch mein psychischer Zustand hat sich sehr verbessert. Ich bin nicht mehr einsam und kann mich endlich wieder frei bewegen und habe Nachbarn, mit denen ich mich unterhalten kann. Ich danke dem ambulant begleiteten Wohnen für die Unterstützung und natürlich kommt meine Bezugsassistenz mich weiterhin besuchen.

Euch liebe Leser & Leserinnen wünsche ich alles Liebe & Gute.

Thomas Wunsch



**ANGEBOTE
DES GEMEINDEPSYCHIATRISCHEN
DIENSTES
BADEN-BADEN**

Tagesstätte



für psychisch erkrankte Menschen

Caritaszentrum Cäcilienberg · Geroldsauer Str. 2 in 76534 Baden-Baden / Lichtental

Tel.: (07221) 92 394-55 · tagesstaette@caritas-baden-baden.de



Pixelio

Liebe Leser*innen,

einmal im Monat wird am Freitag (09.00-13.00 Uhr) in der Tagesstätte gemeinsam ein leckeres Mittagessen zubereitet. Neben dem gemeinsamen Kochen freuen wir uns über fleißige Helfer beim Einkaufen, Tischdecken und bei der Nachbereitung.

Für eine bessere Planung bedarf es einer Anmeldung (bis 3 Tage vor dem Kochtermin). Eine Anmeldeleiste hängt in der Tagesstätte aus. Gerne können Sie sich auch bei allen Kolleg*innen der Offenen Dienste anmelden.

Kochen in der Tagesstätte // Termine:

24.03.2023	09.00 – 13.00 Uhr	Anmeldungsende: 21.03.2023
21.04.2023	09.00 – 13.00 Uhr	Anmeldungsende: 18.04.2023
12.05.2023	09.00 – 13.00 Uhr	Anmeldungsende: 09.05.2023
23.06.2023	09.00 – 13.00 Uhr	Anmeldungsende: 20.06.2023



Pixelio

Schon jetzt wünsche ich uns allen ein fröhliches Kochen und einen guten Appetit!

Herzliche Grüße,

Frau Uhrig-Hagel

Wochenprogramm der TAGESSTÄTTE im Caritaszentrum Cäcilienberg



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Vormittag	Frühstückstreff & Spiele 09:00 Uhr bis 12:30 Uhr	Geschlossen	Geschlossen	„Walk & Talk“ Treffpunkt: 10:30 Uhr vorm Kloster Lichtental Spaziergang in Gemeinschaft (1 Stunde)	Offenes Kreativangebot 1x im Monat: * Gemeinsames Kochen 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Mittag		MITTAGSTISCH Im Café Cäcilienberg		MITTAGSTISCH im Café Cäcilienberg	
Nachmittag	Hauswirtschaftliches Beschäftigungsprojekt 12:30 Uhr bis 15:30 Uhr	„Offener Treff“ 13:15 Uhr bis 16:15 Uhr	Hauswirtschaftliches Beschäftigungsprojekt 12:30 Uhr bis 15:30 Uhr	Offenes Café // Spielernachmittag 13:15 Uhr bis 16:15 Uhr	Geschlossen

* Die kommenden Termine für das gemeinsame Kochen: 24.03.2023 // 21.04.2023 // 12.05.2023 // 23.06.2023

Jeweils im Zeitraum 09:00 bis 13:00 Uhr // Anmeldung erforderlich – immer bis spätestens 3 Tage vor dem Termin.

Im Caritaszentrum Cäcilienberg gilt weiterhin die Empfehlung zum Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes (FFP2 / medizinische Maske).

Für nähere Informationen erreichen Sie das Team der Tagesstätte (während der Angebotszeiten) unter:
Telefonnummer: 07221 923 94 55 oder per E-Mail unter tagesstaette@caritas-baden-baden.de

Neue Sprechstunden



Sprechstunde des **Sozialpsychiatrischen Dienstes (SpDi)**:

Jeden Dienstag von 16:30- 18:00 Uhr

Caritaszentrum Cäcilienberg
Geroldsauer Str. 2
76534 Baden-Baden

Wir bitten Sie aktuell um eine vorherige telefonische Anmeldung zum Besuch der Sprechstunde.

Sie können auch gerne außerhalb der Sprechstunde mit uns Kontakt aufnehmen. Die zuständigen Kolleginnen sind:

Kerstin Wolf

07221/92 394- 51

wolf@caritas-baden-baden.de

Lisa Hoch

07221/ 92 394- 54

hoch@caritas-baden-baden.de

Sprechstunde des **Gerontopsychiatrischen Beratungsdienstes**:

Jeden Mittwoch von 11:00- 12:30 Uhr

Caritaszentrum Cäcilienberg
Geroldsauer Str. 2
76534 Baden-Baden

Wir bitten Sie aktuell um eine vorherige telefonische Anmeldung zum Besuch der Sprechstunde.

Sie können auch gerne außerhalb der Sprechstunde mit uns Kontakt aufnehmen. Die zuständigen Kolleginnen sind:

Judith Uhrig- Hagel

07221/ 92 394 50

uhrig-hagel@caritas-baden-baden.de

Bettina Weiß

07221/ 92 394- 56

weiss@caritas-baden-baden.de

Caritaszentrum Cäcilienberg
Geroldsauer Str. 2 in Baden-Baden Lichtental



Ansprechpartner: Herr Kristian Grgic
Tel.: 0171 4592958 • Mail: grgic@caritas-baden-baden.de

Lust auf Mittagessen in Gemeinschaft?

Herzliche Einladung zu unserem *Mittagstisch*

Wann? An jedem **Dienstag & Donnerstag** im Zeitraum 12:00 bis 13:30 Uhr

Wo? Im **FESTRAUM** des Caritaszentrum Cäcilienberg im Erdgeschoss

Unser wechselndes Tagesmenü wird von unseren Projektteilnehmer*innen stets frisch für Sie zubereitet. Es besteht immer aus einer Vorspeise, einem Hauptgang und einem Dessert. Im Menüpreis ist jeweils ein Kaltgetränk und ein Heißgetränk enthalten.

Preis: 6 Euro // 4 Euro (für bedürftige Menschen)

Tischreservierung erbeten.

Telefonisch unter 0171 4592958 oder per E-Mail an grgic@caritas-baden-baden.de



© AdobeStock / Marina_Andrejchenko

Wir suchen immer neue Projektteilnehmer für unser Arbeitsprojekt:

Sind Sie im Moment ohne Beschäftigung?

Möchten Sie ihre individuellen Fähigkeiten weiter ausbauen? Ihre Leistungsfähigkeit in einem geschützten Rahmen erproben? Bei uns arbeiten Sie unter Anleitung in einem kleinen Team.

Ziel der Projektteilnahme ist die Vorbereitung einer Maßnahmen zur Teilhabe am Arbeitsleben / die Vermittlung auf den Arbeitsmarkt. Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Melden Sie sich gerne unter den oben genannten Kontaktdaten für mehr Informationen oder einen „Schnuppertag“ bei uns im Projekt. Wir freuen uns darauf, Sie kennen zu lernen.



© Thomas Max Müller / pixelio.de

Gruppenangebote für Angehörige psychisch kranker Menschen

- | | |
|-------------------|--|
| 28.03.2023 | Gruppenabend [unter der Leitung der IPK] |
| 25.04.2023 | Informationsabend zum Thema
„Medizinische und sozialpsychiatrische (Weiter-) Versorgungsangebote“
[unter der Leitung der MEDIAN Klinik Gunzenbachhof & des Caritasverband Baden-Baden e.V.] |
| 30.05.2023 | Gruppenabend [unter der Leitung der IPK] |
| 27.06.2023 | Gruppenabend [unter der Leitung der IPK] |

Ort:	Caritaszentrum Cäcilienberg, Geroldsauerstrasse 2 in 76534 Baden-Baden / Lichtental
Treffpunkt:	Tagesstätte im 1. Obergeschoss; nach dem Treppenaufgang rechts halten
Zeit:	jeweils von 17:30 – 19:00 Uhr
Anmeldung:	Für die Teilnahme an einem Gruppenabend bitte bei Frau Haase (Mail: haase-ibb@web.de) Für die Teilnahme an einem Informationsabend bitte bei Frau Wolf (Mail: wolf@caritas-baden-baden.de)

Eine Kooperation von



Gerontopsychiatrischer Beratungsdienst



Sehr geehrte Leser*innen,

der **Gerontopsychiatrische Beratungsdienst** richtet sich an Menschen mit einer seelischen Beeinträchtigung, die das 60. Lebensjahr überschritten haben. Ziel des Beratungsdienstes ist es Senior*innen trotz altersbedingter Einschränkungen ein möglichst selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Hierbei unterstützen, beraten und informieren wir Sie.

Der Gerontopsychiatrischen Beratungsdienstes veranstaltet auch ein **Gruppenangebot** unter dem Titel „**Gesund im Alter**“. Im Rahmen der wöchentlichen Gruppentreffen vermitteln wir Ihnen Impulse, die zur Stabilisierung Ihrer Gesundheit und Ihrer Vitalität beitragen können. Wir zeigen Übungen zum Erhalt der Mobilität, geben Tipps zu einer gesunden/ausgewogenen Ernährung und trainieren das Gedächtnis. Auch für den gegenseitigen Austausch ist genügend Raum und Zeit. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Das **Gruppenangebot** findet **mittwochs** von **14.30-16.00 Uhr** statt.

Hier eine Übersicht der kommenden Termine:

MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI
01.03.23	05.04.23	03.05.23	07.06.23
08.03.23	12.04.23	10.05.23	14.06.23
15.03.23→Entfällt	19.04.23	17.05.23→Entfällt	21.06.23
22.03.23	26.04.23	24.05.23→Entfällt	28.06.23
29.03.23→Entfällt		31.05.23→Entfällt	

Das **Gruppenangebot „Gesund im Alter“** findet statt im:
Caritaszentrum Cité, Menton-Ring 1, 75432 Baden-Baden (Stadtteil Cité)
Erdgeschoss = Barrierefrei, Buslinie 205, Haltestelle „Kino Cité P&R“

Den **Gerontopsychiatrischen Beratungsdienst** finden Sie im:
Caritaszentrum Cäcilienberg, Geroldsauer Str. 2, 76534 Baden-Baden (Stadtteil Lichtental)
Buslinie 201, Haltestelle Bramsplatz.

Wenn Sie Fragen haben sollten,
dann sind wir gerne für Sie da

Herzlichst, das Geronto-Team

Judith Uhrig-Hagel
Tel: 07221-923 94 50
Mail: uhrig-hagel@caritas-baden-baden.de

Bettina Weiß
Tel: 07221-923 94 56
Mail: weiss@caritas-baden-baden.de

Kontakt- und Freizeitclub der Offenen Dienste

- Wer?** Offen für alle Erwachsenen, die Lust auf Aktivitäten in Gemeinschaft haben
- Wann?** 1 x monatlich am Donnerstag // Im Zeitraum 17:00 Uhr bis ca. 19:30 Uhr
- Wo?** Treffpunkt in der Tagesstätte des Caritaszentrum Cäcilienberg
Geroldsauer Strasse 2 in 76534 Baden-Baden
- ⇒ Wenn Treffpunkt beim entsprechenden Termin nicht anders angegeben!

Programm für März 2023 bis Juni 2023

- 30.03.2023 CLUB 13 „PIZZA PARTY“ // Wir backen & genießen gemeinsam Pizza
Treffpunkt: Ab 17 Uhr in der Tagesstätte
- 27.04.2023 GEMEINSAM DEM RÄTSEL AUF DER SPUR..
Spieleabend mit einem „Audio-Mysterie-Spiel“ in der Tagesstätte
Treffpunkt: Ab 17 Uhr in der Tagesstätte
- 01.06.2023 CLUB 13 „GEMEINSAM UNTERWEGS“
Wanderung zu den Geroldsauer Wasserfällen und Einkehr im Bütthof
Treffpunkt: 17:15 Uhr an der Bushaltestelle „Malschbacher Strasse“
- 29.06.2023 CLUB 13 „OUTDOOR“ // Outdoor-Spiele wie Wickinger-Schach auf der
Spielwiese in der Lichtentaler Allee // gemeinsames Picknick
Treffpunkt: 17:15 Uhr an der Spielwiese in der Lichtentaler Allee
- 20.07.2023 CLUB 13 „HOCH HINAUS“ // Fahrt mit der Merkur-Bergbahn und
Gemeinsames Picknick auf dem Merkur
Treffpunkt: 17:15 Uhr an der Talstation im Merkurwald

Kontakt, weitere Infos und Anmeldung

Kerstin Wolf • Mobil: 0151 1935 8570 • Mail: wolf@caritas-baden-baden.de

Es wird um rechtzeitige Anmeldung zu den Club-Treffen gebeten:
Telefonisch, per E-Mail oder durch Eintragung im Aushang in der Tagesstätte

Gerontopsychiatrischer Beratungsdienst

Gibt es etwas Schöneres als gemeinsam zu lachen?



Im Rahmen unseres Gruppenangebots „Gesund im Alter“ haben wir im März ein besonderes Angebot: Wir wollen Ihnen durch eine nicht alltägliche Erfahrung aufzeigen, wie Sie Ihre Vitalität und Konzentrationsfähigkeit verbessern können.

Wir laden Sie ein zu einer Schnupperstunde 😊 LACHYOGA 😊

Frau Sonja Haase (ausgebildete Lachyoga-Trainerin) wird uns in die Welt des Lachens einführen. Lachyoga ist eine Form von Yoga, mit vielen verschiedenartigen positiven Effekten für Körper und Geist. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

Wann: Am Mittwoch, den 08.03.23, um 14:30 Uhr

Wo: Caritaszentrum Cité, Menton-Ring 1, 76532 Baden-Baden

Im Erdgeschoß (Barrierefrei), Buslinie 205, Haltestelle „Kino Cité“

Wir hoffen, Ihre Neugierde geweckt zu haben. Sind Sie bereit sich mit uns auf eine unbekannte, fröhliche Reise zu begeben?

Für eine bessere Planung bitten wir Sie um eine Anmeldung bis zum 01.03.2023

Herzlichst, *Frau Uhrig-Hagel und Frau Weiß* (Tel.: 07221-923 94 50 und 07221-923 94 56)



Walk and Talk

Haben Sie Lust mit mir eine Runde durch die Allee zu spazieren?



Wann: Immer donnerstags um 10:30 Uhr für eine Stunde.
Spätestens 10:40 Uhr läuft die Gruppe los.

Wo: Eingang Kloster Lichtental

Wer: Alle die Lust haben auf frische Luft, angenehmes Spaziergehen und nette, unverbindliche Gespräche.

Wie: Da wir bei Wind und Wetter laufen – bitte an wettergerechte Kleidung denken.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Wir laufen, auch wenn wir nur zu zweit sind.

Bei Fragen können Sie mich gerne unter **07221 9239454** oder **hoch@caritas-baden-baden.de** kontaktieren.

Ich freue mich schon auf Sie.
Lisa Hoch



**ANGEHÖRIGE PSYCHISCH
ERKRANKTER MENSCHEN
RASTATT, BADEN-BADEN
UND UMGEBUNG**

Kontakt:

Rachel Fritsch 07225 / 68 24 74

Sonja Haase 0172 / 92 72 055

Günter Schmidt 0163/ 76 40 922

www.ipk-badenbaden-rastatt.de

ANGEHÖRIGE SIND MITBETROFFENE

- Sie sind Angehöriger eines psychisch erkrankten Menschen?
- Angst, Hilflosigkeit und Ohnmacht, Schuldgefühle, Trauer, Wut, Enttäuschung und Sorge bestimmen oft Ihren Lebens- und Familienalltag?
- Im Kreise Ihrer Bekannten, Verwandten und Kollegen können Sie nicht über Ihre Nöte und Schwierigkeiten sprechen?
- Sie sind verunsichert und haben Fragen, wie Sie Ihrem erkrankten Angehörigen helfen können und ob Sie „das Richtige“ tun?
- Sie suchen Informationen zu Themen wie Arbeit, Wohnen, Behandlung, dem Umgang miteinander?

TREFFEN SIE EXPERTEN AUS ERFAHRUNG

- Wir sind Ehe- und Lebenspartner sowie Eltern, Kinder, Geschwister und Freunde von psychisch Erkrankten und treffen uns monatlich zum Austausch. Wir suchen gemeinsam nach Antworten und Wegen, beleuchten eigene Haltungen und Handlungsmöglichkeiten.
- Wir informieren zu Krankheitsbildern, Rehabilitations-, Arbeits-, Rechts- und Sozialfragen und bieten regelmäßig Veranstaltungen mit Fachleuten zu relevanten Themen an.

RASTATT

Jeden ersten Donnerstag im Monat (bei Feiertagen eine Woche später) um 17.30 Uhr im Caritashaus; Carl-Friedrichstraße 10, EG links.

BADEN-BADEN

Jeden letzten Dienstag im Monat, um 17:30 Uhr im Seminarraum der Mediantkliniken Gunzenbachhof, Gunzenbachstraße 6.

WIR SIND AN IHRER SEITE!

Caritasverband Baden-Baden

Fachbereichsleitung

Vanessa Ruppert

E-Mail: ruppert@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/923 94-10

Betreutes Wohnen – Stadtkreis Baden-Baden, Geroldsauerstraße 2

Ingeburg Sigmund

E-Mail: sigmund@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/923 94-40

Kerstin Wolf

E-Mail: wolf@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/ 92394-51

Bettina Weiß

E-Mail: weiss@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/923 94-56

Lisa Hoch

E-Mail: hoch@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/92394-54

Sonja Zehner

E-Mail: zehner@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/923 94-52

Doris Moerschel

E-Mail: moerschel@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/923 94-53

Jill Adelhütte

E-Mail: adelhuette@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 01511/703 95-68

Tagesstätte Baden-Baden, Geroldsauerstraße 2 / Tel.: 07221/923 94-55

Kerstin Wolf

E-Mail: wolf@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/ 923 94-51

Judith Uhrig Hagel

E-Mail: uhrig-hagel@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 07221/ 92394-50

Arbeitsprojekt

Helene Schäfer

E-Mail: schaefer@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 01577/496 81-85

Kristian Grgic

E-Mail: grgic@@caritas-baden-baden.de

Festnetz: 01711/459 29-58

Integrationsfachdienst Rastatt, Ludwigstraße 7

Tel.: 0711/25083-2200 / Fax: 0711/25083-2290

SEKRETARIAT

Melissa Müller

E-Mail: Melissa.Mueller@ifd.3in.de

Festnetz: 0711/25083-2202

TEAMLEITUNG

Markus Walz

E-Mail: Markus.Walz@ifd.3in.de

Festnetz: 0711/25083-2210

Susanne Müller

E-Mail: Susanne.Mueller@ifd.3in.de

Festnetz: 0711/25083-2224

Joachim Nies

E-Mail: Joachim.Nies@ifd.3in.de

Festnetz: 0711/25083-2211

Margarita Kolezi

E-Mail: Margarita.Kolezi@ifd.3in.de

Festnetz: 0711/25083-2222

Franziska Seeger

E-Mail: Franziska.Seeger@ifd.3in.de

Festnetz: 0711/25083-2202

Olena Shkliarenko

E-Mail: Olena.Shkliarenko@ifd.3in.de

Festnetz: 0711/25083-2223

Das IFD-Team ist zuständig für den Landkreis Rastatt und den Stadtkreis Baden-Baden.

– Persönliche Beratung nach telefonischer Vereinbarung –

Caritasverband Rastatt

Ressortleitung – Rastatt, Carl-Friedrich-Straße 10

TEAMLEITUNG

Uwe Herm Festnetz: 07222/78371-27
E-Mail: u.herm@caritas-rastatt.de Mobil: 0176/17945756

Betreutes Wohnen – Landkreis Rastatt, Stadionstr. 3

Betreutes Wohnen in Familien - Landkreis Rastatt, Stadionstr. 3

Bühl, Mühlenstr. 12

Jana Kornmüller Mobil: 0162/9491650
E-Mail: j.kornmueller@caritas-rastatt.de
Jana Geiges Mobil: 0176/41766275
E-Mail: j.geiges@caritas-rastatt.de
Monika Pietzsch Mobil: 01520/8592905
E-Mail: m.pietzsch@caritas-rastatt.de
Matthias Windbichler Mobil: 0176/15861996
E-Mail: m.windbichler@caritas-rastatt.de
Stephanie Stöckle Mobil: 0172/8708632
E-Mail: s.stoeckle@caritas-rastatt.de
Raoul Rehnert Mobil: 01577/90143345
E-Mail: r.rehnert@caritas-rastatt.de
Veronika Ernst Festnetz: 07222/78371-14
E-Mail: v.ernst@caritas-rastatt.de Mobil: 0162/9487798
Anne-Lisa Lorenz Mobil: 0172/9677805
E-Mail: a.lorenz@caritas-rastatt.de Festnetz: 07223/9390-20
Eva Wittke Mobil: 0173/9543760
E-Mail: e.wittke@caritas-rastatt.de Festnetz: 07223/9390-20
Katharina Schaaf Mobil: 0173/9514673
E-Mail: k.schaaf@caritas-rastatt.de

Tagesstätte Rastatt, Leopoldplatz 9

Tel.: 07222/77468-22

Sabine Pawlikowski
E-Mail: s.pawlikowski@caritas-rastatt.de
Tanja König
E-Mail: t.koenig@caritas-rastatt.de

Wohneinrichtung St. Hildegard - Rastatt, Leopoldplatz 7

Nathalie Delpech-Thomas Festnetz: 07222/9379-11
E-Mail: n.delpeche-thomas@caritas-rastatt.de



Die Caritasverbände
Rastatt und Baden-Baden
haben im Auftrag des Landkreises Rastatt
und der Stadt Baden-Baden
die Sozialpsychiatrischen Dienste übernommen

Anschriften und Sprechzeiten

Rastatt	Stadionstraße 3 Martina Hübner-Zehnle E-Mail: m.huebner-zehnle@caritas-rastatt.de Udo Süßner E-Mail: u.suessner@caritas-rastatt.de Sara Flader E-Mail: s.flader@caritas-rastatt.de	Fax: 07222/ 90119-25 Tel.: 07222/ 78371-20 Mobil: 0173/ 9514772 Tel.: 07222/ 78371-13 Mobil: 0174/ 3818090
Durmersheim	Altentagesstätte Durmersheim Ritterstraße 16	Tel.: 0174/ 3818090
<u>Sprechzeiten</u>	Donnerstag 09:00 – 11:30 Uhr Udo Süßner E-Mail: u.suessner@caritas-rastatt.de	
Gaggenau	Pfarrzentrum St. Josef August-Schneider-Straße 17	Tel.: 07222/ 78371-16
<u>Sprechzeiten</u>	Dienstags 09:00 – 11:30 Uhr Udo Süßner E-Mail: u.suessner@caritas-rastatt.de	Tel.: 0172/ 78478-50
Bühl	Mühlenstraße 12 Sandra Rohrer E-Mail: s.rohrer@caritas-rastatt.de	Fax: 07223/ 9390-60 Tel.: 0174/ 37953-49
Baden-Baden	Geroldsauerstraße 2 Ingeburg Sigmund E-Mail: sigmund@caritas-baden-baden.de Kerstin Wolf E-Mail: wolf@caritas-baden-baden.de Lisa Hoch E-Mail: hoch@caritas-baden-baden.de	Fax: 07221/ 92394-19 Tel.: 07221/ 92394-40 Tel.: 07221/ 92394-51 Tel.: 07221/92394-54