

Ab Juli
2020

Gruppen-Angebote 2020/2021 Sozialpsychiatrischer Dienst

Frühstückstreff für Menschen ab 60 Jahren

Nach einer Stunde gemeinsamen Frühstückens tun wir etwas für die körperliche und geistige Fitness.

Termine: Mittwochs, 9:30 – 11:30 Uhr

02.09.2020	16.09.2020	30.09.2020
14.10.2020	28.10.2020	11.11.2020
25.11.2020	09.12.2020	23.12.2020

Kosten: 4,- Euro / für Teilnehmer des Erlangen Pass kostenfrei.

Anmeldung erforderlich:

Christine Link, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Gerontotherapeutische Fachberatung

Telefon: 09131 / 88 56 62

E-Mail: link@caritas-erlangen.de

Ort: Haus Kirchlicher Dienste, Mozartstraße 29, 2 Stock, 91052 Erlangen

Psychose-Trialog

Betroffene, Angehörige und professionelle HelferInnen treffen sich ein Mal im Monat und tauschen sich über die unterschiedlichsten Aspekten psychotischer Erkrankungen aus dem schizophrenen Formenkreis aus.

Termine: Donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

30.07.2020	24.09.2020	29.10.2020
26.11.2020		
28.01.2021	25.02.2021	25.03.2021
29.04.2021	24.06.2021	

Die Teilnahme ist kostenfrei, ohne Anmeldung.

Lutz Marx, Diplom-Sozialpädagoge (FH)

Telefon: 09131 / 88 56 63

E-Mail: marx@caritas-erlangen.de

Ort: Begegnungszentrum Wabene, Henkestraße 53, Erlangen

Gruppe für PartnerInnen von Menschen mit psychischen Erkrankungen

Die Gruppe bietet einen vertraulichen und offenen Rahmen für Gespräche auf Augenhöhe zu allen relevanten Fragen und Themen.

Termine: Dienstags, 19:00 – 20:30 Uhr

07.07.2020	20.08.2020	08.09.2020
06.10.2020	03.11.2020	01.12.2020
05.01.2021	09.02.2021	09.03.2021
06.04.2021	11.05.2021	08.06.2021

Die Teilnahme ist kostenfrei,

Anmeldung erforderlich:

Lutz Marx, Diplom-Sozialpädagoge (FH)

Telefon: 09131 / 88 56 63

E-Mail: marx@caritas-erlangen.de

Ort: Haus Kirchlicher Dienste, Mozartstraße 29, 2. Stock, 91052 Erlangen

Gruppe für Angehörige und Bezugspersonen von Menschen mit psychischen Erkrankungen

In unserer Angehörigengruppe erfahren Sie Hilfe, Halt und Ausgleich.

Termine: Donnerstags, 19:00 – 20:30 Uhr

16.07.2020	20.08.2020	17.09.2020
15.10.2020	19.11.2020	17.12.2020
14.01.2021	18.02.2021	18.03.2021
15.04.2021	20.05.2021	17.06.2021

Die Teilnahme ist kostenfrei,

Anmeldung erforderlich:

Lutz Marx, Diplom-Sozialpädagoge (FH)

Telefon: 09131 / 88 56 63

E-Mail: marx@caritas-erlangen.de

Ort: Haus Kirchlicher Dienste, Mozartstraße 29, 2. Stock, 91052 Erlangen

Yoga für Alle

Beim Yoga wird die Bewegung mit dem Atem in Einklang gebracht. Dadurch entsteht Ruhe im Geist.

Termine: Donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr

24.09.2020	08.10.2020	29.10.2020
05.11.2020	19.11.2020	03.12.2020
17.12.2020		

Die Teilnahme ist kostenfrei,

Anmeldung erforderlich:

Anja Hahn, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Yogalehrerin BDY/EYU

Telefon: 09131 / 88 56 62

E-Mail: hahn@caritas-erlangen.de

Ort: Haus Kirchlicher Dienste, Mozartstraße 29, 2. Stock, Konferenzraum, 91052 Erlangen

Bewegungsgruppe Mover

Bewegung ist für das seelische und körperliche Wohlbefinden von grundlegender Bedeutung.

Termine: Donnerstags, 16:00 Uhr

10.09.2020	08.10.2020	05.11.2020
03.12.2020		
21.01.2021	04.02.2021	04.03.2021
15.04.2021	06.05.2021	

Die Teilnahme ist kostenfrei,

nur nach vorheriger Anmeldung:

Birgit Bothe, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Telefon: 09131 / 88 56 61

E-Mail: bothe@caritas-erlangen.de

Info: Die tagesaktuellen Ziele und Treffpunkte entnehmen Sie bitte dem Flyer oder erfragen sie telefonisch.

Ab Juli
2020

Gruppen-Angebote 2020/2021 Sozialpsychiatrischer Dienst

Psychoedukation Angst – Information und Unterstützung bei Angst- und Panikzuständen

Diese Gruppe richtet sich an Menschen, die unter ihrer Angsterkrankung leiden und bietet Hilfe an.

Termine: Donnerstags, 15:30 – 17:00 Uhr

Info: Die aktuellen Termine können Sie telefonisch erfragen.

Die Teilnahme ist kostenfrei,

Anmeldung erforderlich:

Laura Pfeifer, Psychologin (M.Sc.)

Telefon: 09131 / 88 56 65

E-Mail: pfeifer@caritas-erlangen.de

Ort: Haus Kirchlicher Dienste, Mozartstraße 29, 2. Stock, 91052 Erlangen

Kontaktbörse

Wünschen Sie sich jemanden, mit dem Sie reden und etwas unternehmen können? Aber Sie haben vielleicht Angst, „einfach so“ auf jemanden zu zugehen oder wissen nicht, wo Sie jemanden kennenlernen können?

Wir vermitteln Kontakte zwischen Menschen mit psychischen Erkrankungen in und um Erlangen, egal, ob es um gemeinsame Aktivitäten, Gespräche oder auch einen Partnerschaftswunsch geht.

Die Teilnahme ist kostenfrei, Anmeldung erforderlich:

Lutz Marx, Diplom-Sozialpädagoge (FH)

Telefon: 09131/ 88 56 63

E-Mail: marx@caritas-erlangen.de

Ort: Haus Kirchlicher Dienste, Mozartstraße 29, 2. Stock, 91052 Erlangen

Stabilisierungsgruppe

In der Stabilisierungsgruppe können Menschen mit Krisenerfahrungen und psychischen Erkrankungen ihre Fähigkeiten und Bewältigungsstrategien stärken.

Wissenswertes:

Vor Beginn der Gruppe findet ein Informationsgespräch mit den Interessenten statt. Der Einstieg ist nach Absprache möglich.

Gruppengröße: 6 - 12 Teilnehmer

Kosten: 5,00€ (für Inhaber des ErlangenPass kostenfrei)

Anmeldung erforderlich:

Claudia Herbstsommer,

Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Telefon: 09131 / 88 56 64

E-Mail: herbstsommer@caritas-erlangen.de

Ort: Haus Kirchlicher Dienste, Mozartstraße 29, 2. Stock, 91052 Erlangen

Gruppe Krisenbewältigung kompakt

In dieser Gruppe lernen Sie Krisenauslöser und Konzepte kennen, die wieder aus solch einer Situation heraus helfen.

Termine:

Freitags von 14.00 Uhr – 15.30 Uhr

Die Teilnahme ist kostenfrei,

Anmeldung erforderlich:

Laura Pfeifer, Psychologin (M.Sc.),

oder Michaela Königseder,

Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Telefon: 09131/ 88 56 65

E-Mail: pfeifer@caritas-erlangen.de

oder koenigseder@caritas-erlangen.de

Ort: Haus Kirchlicher Dienste, Mozartstraße 29, 2. Stock, 91052 Erlangen