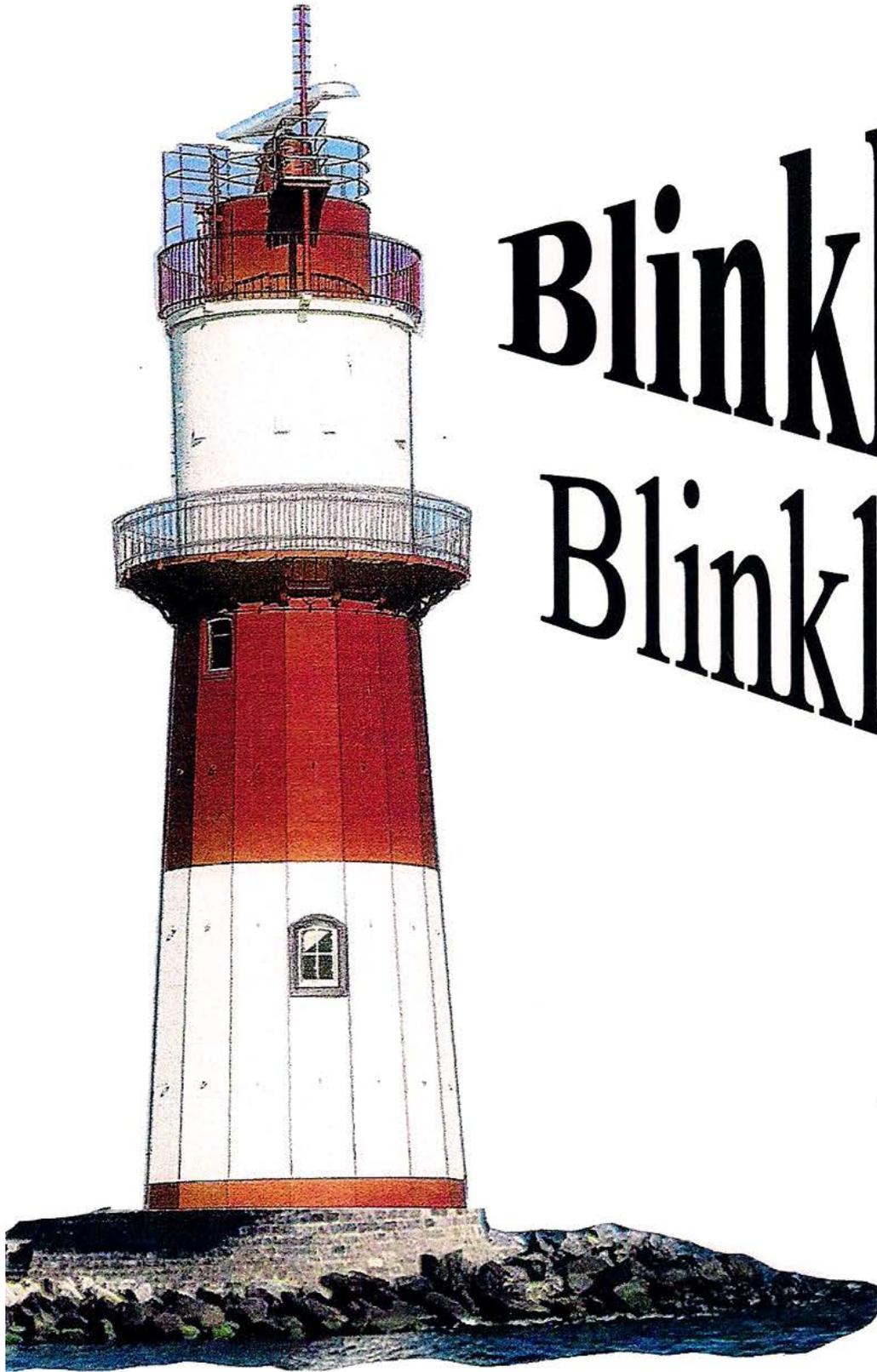


**Vierteljährliche Ausgabe: Nr. 127    Oktober 2019**

**Auflage 680 / 31. Jahrgang**

Zeitschrift des Bereiches Gemeindepsychiatrie

Caritasverband Bruchsal e.V., [www.caritas-bruchsal.de](http://www.caritas-bruchsal.de)



# Blinklicht Blinklicht

*Leben. Bestens begleitet.*





Impressum	2
Vorwort	3
Rückblick	4
Diamantene Hochzeit	6
Atempause für die Seele	7
Quartalsrezept	8
Neue Mitarbeiter*innen stellen sich vor	9
Eine Königin dankt ab	10
Rätsel „Versteckte Tiere“	12
Virginia Satir Mein Bekenntnis zur Selbstachtung	13
Gedicht	16
Grüße Redaktionsteam und Vorankündigungen	17
Auflösung Rätsel „Versteckte Tiere“	19
Hilfen des Bereiches Gemeindepsychiatrie	20
Außenstelle / Beratungsangebot	23
„JUST FOR FUN“	24
Der Treffpunkt TaSt	25
Der Treffpunkt TaSt – Spezielle Themenangebote	27
Programm Club 74	30
Selbsthilfegruppen in der Tagesstätte	32
Der Treffpunkt TaSt – Vortragsreihe	33
Schnullerblues	34
Mitarbeiter*innen im Bereich Gemeindepsychiatrie	36
„Gibt´s was zu meckern?“, Werbung im „Blinklicht“	38
Spendenmöglichkeit, Annoncen	

### **Impressum**

Herausgeber: Bereich Gemeindepsychiatrie, Caritasverband Bruchsal e. V.

Redaktion: Petra Dammert, Nikola Dragosavljevic, Waltraud Dürschlag,  
Tatjana Fischbach (verantw.), Simone Kümmerling, Martina Lohe,  
Markus Pfaff, Antoinette Schauer

Weitere Mitarbeiter/innen bei dieser Ausgabe: Ingrid Baumgart-Fütterer, Beate Händel,  
Anita Thiel-Twele, Eva Zagermann

Titelblatt: Redaktionsteam

Layout, Schreibearbeiten, Versand: Martina Westermann

Bilder: Martina Westermann, pexels.com - <https://pixabay.com>

Druck: Lebenshilfe Bruchsal

Verteilung: Matthias Linn

Die einzelnen Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung der gesamten Redaktion wieder.

Redaktionsanschrift: Redaktion „Blinklicht“, Peter-und-Paul-Str. 53, 76646 Bruchsal,  
Tel: 07251 3849-233, [martina.westermann@caritas-bruchsal.de](mailto:martina.westermann@caritas-bruchsal.de)

Redaktionsschluss: 12.12.2019, die nächste Ausgabe erscheint zum 01.01.2020



## Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

beim Caritaskongress Ende März in Berlin predigte Erzbischof Burger zum Thema „Gesellschaftlicher Zusammenhalt“. Warum mir das gerade jetzt einfällt? Vor Ihnen liegt das letzte Heft des Jahres 2019, in diesem Quartal feiern wir wieder den Tag der seelischen Gesundheit, Eine Million Sterne, Weihnachten...den Jahreswechsel. Alles wie immer --- ganz „normal“.

Zu dieser Zeit ist viel von Humanität, christlicher Nächstenliebe und Solidarität die Rede. Es wird gespendet, mal wieder in die Kirche gegangen und all das nach Silvester wieder abgeschaltet.

Ganz normal?

Wie wäre es, wenn wir statt zum angeblich Normalen überzugehen, achtsam bleiben. Mit Menschen fühlen. Haltung zeigen. Das ganze kommende nächste Jahr über - nicht nur zur Weihnachtszeit.



Ich wünsche mir, dass mir das gelingt ... und Ihnen auch!

Ihre

Eva Zagermann



## *Der Treffpunkt - TaSt*

### *Unser Sommerfest 2019*

Wir, Klienten, ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter/innen, freuten uns sehr auf unser Sommerfest und waren schon am Morgen auf den Beinen. Viele helfende Hände stellten die Gartentische und -stühle auf. Das Wetter war zwar nicht das Tollste, aber wenigstens war es nicht zu heiß.

Nach und nach trafen immer mehr von uns ein und man spürte freudige Erwartungen knistern. Aber ein Wermutstropfen gab es doch, denn die tollen Musiker konnten uns leider nicht aufspielen. Schade! Doch wir ließen uns nicht entmutigen, machten uns selbst eine Freude und holten ein kleines Radio nach draußen, um uns von der Musik berieseln zu lassen. Das Ganze wurde übertroffen von unserem Grillmeister, der uns auch in diesem Jahr mit lecker gegrillten Würstchen verwöhnte. Genüsslich schlemmend ließen wir uns auch die vielen lecker zubereiteten Salate schmecken.

Unser kleiner Chor, bei dem ich die Ehre habe mitzusingen, trug wiederum sehr anspruchsvolle Lieder vor, z.B. zwei sehr schöne afrikanische Lieder, die Frau Rank mit ihrem Bongo begleitete. So bekam man das Gefühl, in Afrika zu sein.

Wir trugen auch einen Reigen vor, bei dem auch alle mittanzen konnten und es auch taten. Es war sehr lustig und keiner hatte Langeweile.



Dann kam der tollste Teil. „Emma und Otto im Theater“ hieß der Sketch, den ich mit Rosi Bernhard in einem kleinen Theaterstück vorspielte und der die Lachmuskeln ganz schön zum beben brachte. Es war so toll, dass sich keiner dem Zauber der Komik entziehen konnte. So wurde unser kleines Theaterstück zum Mittelpunkt des Nachmittages. Einige forderten sogar eine Zugabe, doch das wäre zu viel des Guten gewesen.

Schließlich war es dann ja auch Zeit für Kaffee und Kuchen.

Der Rest des Nachmittages verging noch mit singen, plaudern und lachen und nach und nach endete dieser schöne Tag und wir gingen mit einem großen Lächeln nach Hause.

Waltraud Dürschlag



## *Diamantene Hochzeit*

Die Eheleute Petermann begingen am 28. August 2019 ihren 60igsten Hochzeitstag – feierten also die Diamantene Hochzeit.

Inge Petermann kennen fast alle im Caritasverband Bruchsal e. V, weil sie sich seit Jahrzehnten für psychisch kranke Menschen engagiert.

Anlässlich ihres besonderen Ehrentages haben die Eheleute die Kollekte ihres Gedenkgottesdienstes für psychisch kranke Menschen bestimmt.

Sie spendeten 250,00 € für ein Freizeitangebot bzw. für einen Mittagstisch in der Tagesstätte.

***Dafür sagen wir herzlichen Dank und wünschen dem Jubelpaar noch viele gemeinsame gesunde, harmonische Jahre und Gottes Segen.***





# *Atempause für die Seele mit Begegnungsmöglichkeit in der Cafétas*

Mit **Entspannungsübungen, wohltuenden und inspirierenden Gedankenanstößen in Verbindung mit meditativer Musik** können Sie bei diesem Angebot zur Ruhe kommen, sich entspannen und neue Kraft schöpfen.

*Neugierig geworden?*

Wir freuen uns, wenn Sie einfach mal vorbeikommen und ausprobieren, ob das Angebot das richtige für Sie ist.

Im Anschluss daran möchten wir Sie noch **zu einem gemütlichen Beisammensein in der Cafétas** einladen.

Wir treffen uns am **18.12.2019** um 16<sup>15</sup> Uhr im Zimmer 301 (DG) des Caritasverbandes Bruchsal, Friedhofstr. 11

Wir freuen uns Sie kennenzulernen und sind auch offen für Ihre Anregungen und Wünsche.

*Den Puls des eigenen Herzens fühlen. Ruhe im Inneren finden, Ruhe im Äußeren suchen. Wieder Atem holen lernen, das ist es.*

Nach Christian Morgenstern

Herzlichst

Anita Thiel-Twele

Bruno Bayer



## Quartalsrezept

# Kassler mit Sauerkrauthaube

### Zutaten:

4	Scheiben Kassler
200 ml	Sahne
400 g	Sauerkraut
	Pfeffer, evtl. Zucker
1 P.	Zwiebelsuppe
	Geriebener Käse

### Zubereitung:

Kassler in eine Auflaufform legen.

Zwiebelsuppe mit der Sahne unterrühren, aufkochen, das Sauerkraut untermischen, mit Pfeffer würzen.

Auf jede Fleischscheibe eine Portion Sauerkraut geben, mit geriebenem Käse bestreuen.

Gutes Gelingen und guten Appetit!

Der Treffpunkt - TAST





## *Neue Mitarbeiter/innen stellen sich vor*

Guten Tag,

ab 01.10.2019 werde ich die neue Mitarbeiterin in der Tagesstätte sein.

Mein Name ist Tanja Duchardt-Gland, ich bin verheiratet und habe zwei Töchter im Alter von 21 und 9 Jahren.

Von Beruf bin ich Arbeitserzieherin, Restaurantmeisterin, staatl. gepr. Gastronomin und Entspannungspädagogin.



Berufliche Erfahrung habe ich mir in unterschiedlichen sozialen Bereichen aneignen können.

Ich arbeitete in der Schulsozialarbeit, in der familienorientierten Schülerhilfe, als technische Lehrerin an einer Schule für geistig- und körperlich behinderte Kinder und Jugendliche und in einer Werkstatt für psychisch erkrankte Erwachsene als Gruppenleitung.

Aus beruflichen Gründen meines Mannes sind wir von Heidelberg nach Graben-Neudorf gezogen, dadurch habe nun auch ich eine berufliche Veränderung.

Ich freue mich sehr auf meine neue Arbeitsstelle, auf die Besucher\*innen der Tagesstätte, von denen ich schon einige kennenlernen durfte und auf meine neuen Kolleginnen und Kollegen.



## *Eine Königin dankte ab*

**Ursula Kußmann-Müller**, auch „die Königin der Tagesstätte“ genannt, legte ihr Amt zum Ende September 2019 nieder. Sie nahm ihre Arbeit im November 1999 auf, also vor rund 20 Jahren. In dieser langen Zeit hat sie ...

- mit vier Leitungen zusammengearbeitet, nämlich Frau Rank, Frau Mayländer, Frau Hoffmann und Frau Fischbach
- 20 Sommerfeste und Weihnachtsfeiern mit den Ehrenamtlichen vorbereitet und durchgeführt
- Unzählige Geburtstags- und Weihnachtsgeschenke ausgewählt und eingepackt
- Unzählige Mittagessen gekocht
- Viele kulturelle Beiträge und Kreativität eingebracht
- Viele Rezepte für das Blinklicht beigesteuert
- Die Besucher nicht nur so genommen, wie sie sind, sondern immer auch die Entfaltungsmöglichkeiten gesehen und angesprochen
- - auch wenn's mal im Rücken zwickte oder der Kopf brummte
- - war sie zur Stelle



Mit ihr in den Ruhestand ging:

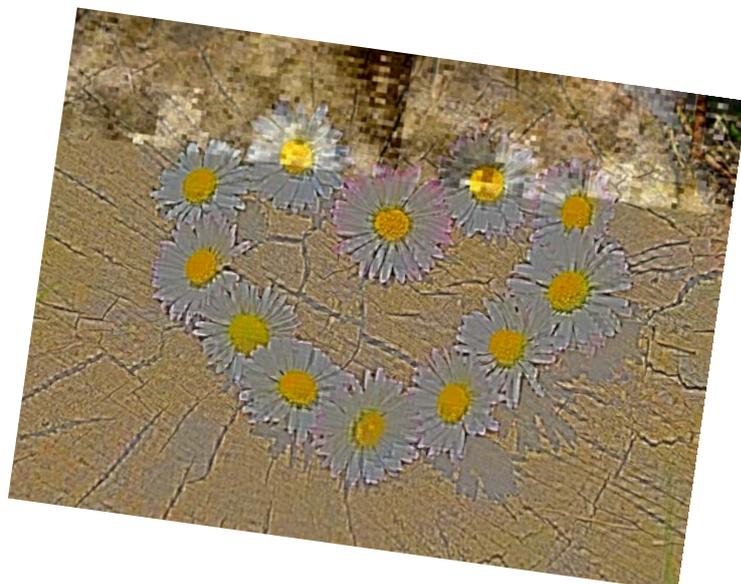
**Beate Händel**, die im November 2014 einstieg (im Anschluss an Frau Vogel).

In diesen fünf Jahren hat sie ...

- Mit in Haus und Garten gewirbelt
- Den Umzug in die Peter- und Paul-Straße mit angepackt und auch ihre Familie dafür eingespannt
- War sie für Ursula Kußmann-Müller die Haus- und Hofministerin.

*Wir Besucher der Tagesstätte verbeugen uns vor diesen beiden tüchtigen Frauen, und bedanken uns für all die Jahre treue Dienste am Nächsten und für unser Wohl!!*

Antoinette Schauer





# Rätsel „Versteckte Tiere“

konstruiert von Ingrid Baumgart-Fütterer

In jedem der folgenden 38 Wörter hat sich ein Tier versteckt.

Die Anfangsbuchstaben der jeweiligen Tiere von 1, 5, 15, 18, 10, 38, 17, 33 und 25 ergeben das Lösungswort.

- |    |                  |    |                   |
|----|------------------|----|-------------------|
| 1  | Sauberkeit       | 20 | Leberpastete      |
| 2  | Gewalttätigkeit  | 21 | Grind             |
| 3  | Haselnussstrauch | 22 | Regelwerk         |
| 4  | Graben           | 23 | Kuhle             |
| 5  | Radler           | 24 | Abstauben         |
| 6  | Heulen           | 25 | Drehtür           |
| 7  | Blamage          | 26 | Klammer           |
| 8  | Studentenbude    | 27 | Graupelschauer    |
| 9  | Kelch            | 28 | Betrunken         |
| 10 | Rassel           | 29 | Schundliteratur   |
| 11 | Schaffenskraft   | 30 | Wasserhahn        |
| 12 | Ziegelstein      | 31 | Ehrenkodex        |
| 13 | Klamotten        | 32 | Schrebergarten    |
| 14 | Lotterleben      | 33 | Turmspitze        |
| 15 | Kaffeesatz       | 34 | Verschollen       |
| 16 | Schwangerschaft  | 35 | Eidotter          |
| 17 | Frechdachs       | 36 | Karosseriebau     |
| 18 | Nomaden          | 37 | Geknatter         |
| 19 | Thailänder       | 38 | <u>Erdrosseln</u> |

**Lösungswort:**

1	5	7	15	18	10	37	17	20	25

**Auflösung des Rätsels auf Seite 19**



## *Virginia Satir*

Den auf der Seite 13 aufgeführten Text "Mein Bekenntnis zur Selbstachtung", bekam ich von einer lieben Bekannten zugeschickt und möchte ihn hier teilen, da ich denke, das Thema Selbstwert ist für viele Menschen ein ausbaufähiges Feld und beschäftigt uns oftmals ein Leben lang.

Ein paar Worte zu der Frau, die den Text geschrieben hat:

Virginia Satir ist eine weltweit bekannte Therapeutin und wird auch als die Begründerin der Familientherapie bezeichnet. Sie entwickelte verschiedene Therapiemodelle, um den Menschen zu mehr Selbstwert zu verhelfen.

Ihre Grundhaltung beschrieb sie in den „Fünf Freiheiten“:

- Die Freiheit zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist, anstatt das, was sein sollte, gewesen ist oder erst sein wird.
- Die Freiheit, das auszusprechen, was ich wirklich fühle und denke,
  - und nicht das, was von mir erwartet wird.
- Die Freiheit, zu meinen Gefühlen zu stehen,
  - und nicht etwas anderes vorzutäuschen.
- Die Freiheit, um das zu bitten, was ich brauche,
  - anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.
- Die Freiheit, in eigener Verantwortung Risiken einzugehen,
  - anstatt immer nur auf "Nummer sicher zu gehen" und nichts Neues zu wagen.

Virginia Satir war Mitbegründerin des berühmten Mental Research Institute (MRI) in Palo Alto und des „Avanta Network“, in dem sie



ihre Vision eines umfassenden Friedens zwischen allen Menschen verwirklichen wollte.

Einer ihrer Lebenswünsche war es, ihre Arbeit in der Sowjetunion vorzustellen. Dies gelang ihr noch kurz vor ihrem Tod im Jahr 1988.

## *MEIN BEKENNTNIS ZUR SELBSTACHTUNG*

Ich bin ich selbst.

Es gibt auf der ganzen Welt keinen, der mir vollkommen gleich ist. Es gibt Menschen, die in manchem sind wie ich, aber niemand ist in allem wie ich. Deshalb ist alles, was von mir kommt, original mein; *ich* habe es gewählt. Alles, was Teil meines Selbst ist, gehört mir - mein Körper und alles, was er tut, mein Geist und meine Seele mit allen dazugehörigen Gedanken und Ideen, meine Augen und alle Bilder, die sie aufnehmen, meine Gefühle, gleich welcher Art: Ärger, Freude, Frustration, Liebe, Enttäuschung, Erregung; mein Mund und alle Worte, die aus ihm kommen, höflich, liebevoll oder barsch, richtig oder falsch, meine Stimme, laut oder sanft, und alles, was ich tue in Beziehung zu anderen und zu mir selbst.

Mir gehören meine Fantasien, meine Träume, meine Hoffnungen und meine Ängste.

Mir gehören alle meine Siege und Erfolge, all mein Versagen und meine Fehler.

Weil alles, was zu mir gehört, mein Besitz ist, kann ich mit allem zutiefst vertraut werden. Wenn ich das werde, kann ich mich liebhaben und kann mit allem, was zu mir gehört, freundlich



umgehen. Und dann kann ich möglich machen, dass alle Teile meiner selbst zu meinem Besten zusammenarbeiten.

Ich weiß, dass es manches an mir gibt, was mich verwirrt, und manches, was mir gar nicht bewusst ist. Aber solange ich liebevoll und freundlich mit mir selbst umgehe, kann ich mutig und voll Hoffnung darangehen, Wege durch die Wirrnis zu finden und Neues an mir selbst zu entdecken...

Wie immer ich in einem Augenblick aussehe und mich anhöre, was ich sage und tue, das bin *ich*. Es ist original (authentisch) und zeigt, wo ich in diesem einen Augenblick stehe. Wenn ich später überdenke, wie ich aussah und mich anhörte, was ich sagte und tat, und wie ich gedacht und gefühlt habe, werde ich vielleicht bei manchem feststellen, dass es nicht ganz passte. Ich kann dann das aufgeben, was nicht passend ist, und behalten, was sich als passend erwies, und ich erfinde etwas Neues für das, was ich aufgegeben habe.

Ich kann sehen, hören, fühlen, denken, reden und handeln.

Ich habe damit das Werkzeug, das mir hilft zu überlegen; anderen Menschen nahe zu sein, produktiv zu sein und die Welt mit ihren Menschen und Dingen um mich herum zu begreifen und zu ordnen.

Ich gehöre mir, und deshalb kann ich mich lenken und bestimmen.

Ich bin Ich, und ich bin o.k.

*(Aus Virginia Satir: „Selbstwert und Kommunikation“, Pfeiffer-Verlag)*

Martina Lohe



*Wenn die Vögel in den Süden fliegen,  
die Sonnenstrahlen nicht mehr mit Wärme siegen.  
Wenn das Röhren der Hirsche durch die Wälder schallen  
und die letzten Lieder der Lerche verhallen.*

*Wenn die Pflanzen sich für den Winter rüsten,  
wo vorher sie Bienen und Falter küssten,  
wo zuvor des Sommers Farbenpracht,  
hat sich das Murmeltier sein Bett gemacht.*

*Wenn die Wälder und Wiesen kahler werden,  
die Schäfer treiben ihre großen Herden,  
wenn Fuchs und Dachs in ihre Bauten fliehen  
und die Fische in die Tiefe ziehen.*

*Wenn die letzte Herbstzeitlose blüht,  
die Spätsommersonne am Abendhimmel glüht.  
Wenn noch mehr als sonst der Regen fällt  
und der Herbststurm Einzug hält.*

*Wenn in der Dämmerung die Nebel wallen,  
die Blätter von den Bäumen fallen,  
wird es in der Welt leuchtend bunt,  
der Wind das Ende des Sommers tut kund.*

*Dann ist es Herbst und der Winter naht,  
und das Wetter wird grau und fad.  
Dann denken wir an Schnee und Eis  
und es dauert nicht lange und alles ist weiß.*



Verfasst und niedergeschrieben  
aus der Feder von Waltraut Dürschlag



*Wir wünschen unseren Lesern  
einen schönen Herbst,  
eine ruhige und besinnliche Advents-  
und Vorweihnachtszeit,  
schöne Weihnachten  
und einen guten Start in das  
Neue Jahr!*

*Das Redaktionsteam*

## *Vorankündigungen*

### *Aktion „Eine Million Sterne“ für eine gerechtere Welt*

**16. November 2019 ab 15<sup>00</sup> Uhr**

Marktplatz Bruchsal

Veranstalter: Caritasverband Bruchsal,  
Bereich Gemeindepsychiatrie

Programm:

Infostände

Andacht ab 16<sup>30</sup> Uhr unter Mitwirkung des  
Kinderhauses Raphael und der Gruppe Trio  
de la Sing Sang.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt.



## *Tag der seelischen Gesundheit 2019*

Jedes Jahr wird am 10. Oktober der *Tag der seelischen Gesundheit* begangen.

Wir veranstalten aus diesem Anlass in diesem Jahr am **Donnerstag**, den **23.10.2019** ab **18<sup>00</sup> Uhr** eine Vernissage.

**Ullrich Kratzmeier** präsentiert seine **Seelenbilder** persönlich in der Cafètas und wird Besuchern und Besucherinnen dazu Hintergrundinformationen geben.

Der Abend wird musikalisch begleitet, kleine Snacks stärken Körper und Geist.

Außerdem besteht die Möglichkeit gegen Spende eine GRÜNE SCHLEIFE



zu erwerben und damit an der Anti-Stigma-Kampagne des **Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit** teilzunehmen:

***Für mehr Akzeptanz von Menschen mit psychischen Erkrankungen und Krisen in unserer Gesellschaft.***



### Auflösung des Rätsels: „Versteckte Tiere“

In jedem der folgenden 38 Wörter hat sich ein Tier versteckt.

1	<u>S</u> auberkeit		20	<u>L</u> eberpastete
2	<u>G</u> ewalttätigkeit		21	<u>G</u> rind
3	<u>H</u> aselnussstrauch		22	<u>R</u> egelwerk
4	<u>G</u> rab <u>e</u> n		23	<u>K</u> uh <u>e</u>
5	<u>R</u> ad <u>l</u> er		24	<u>A</u> bst <u>a</u> ub <u>e</u> n
6	<u>H</u> eul <u>e</u> n		25	<u>D</u> reht <u>ü</u> r
7	<u>B</u> lamag <u>e</u>		26	<u>K</u> lam <u>m</u> er
8	<u>S</u> tudent <u>e</u> n <u>b</u> ude		27	<u>G</u> raup <u>e</u> lschauer
9	<u>K</u> elch		28	<u>B</u> etrunk <u>e</u> n
10	<u>R</u> assel		29	<u>S</u> chundliteratur
11	<u>S</u> chaffens <u>k</u> raft		30	<u>W</u> asserhahn
12	<u>Z</u> iegelstein		31	<u>E</u> hrenkodex
13	<u>K</u> lamotten		32	<u>S</u> chrebergarten
14	<u>L</u> otterleben		33	<u>T</u> urm <u>s</u> pitze
15	<u>K</u> affe <u>e</u> satz		34	<u>V</u> erschollen
16	<u>S</u> chwangerschaft		35	<u>E</u> idotter
17	<u>F</u> rechdachs		36	<u>K</u> arosseriebau
18	<u>N</u> omaden		37	<u>G</u> eknatter
19	<u>T</u> hailänder		38	<u>E</u> rdrosseln

Die Anfangsbuchstaben der jeweiligen Tiere von 1, 5, 7, 15, 18, 10, 37, 17, 20 und 25 ergeben das Lösungswort:

1	5	7	15	18	10	37	17	20	25
S	A	L	A	M	A	N	D	E	R



## Hilfen des Bereiches Gemeindepsychiatrie

### **Ambulante Dienste**

#### **Beratung**

für chronisch psychisch erkrankte Menschen und deren Angehörige vor Ort, in Östringen-**Odenheim** (Sprechstunde) und in der Außenstelle Philippsburg

unterstützt durch den



#### **Sozialpsychiatrischer Dienst**

- *Beratung und Begleitung von chronisch psychisch erkrankten Menschen und deren Angehörigen,*
- *Beratung für psychisch erkrankte Geflüchtete und Migranten,*
- *Soziotherapie.*

#### **Betreute Wohngemeinschaften**

- *Ambulantes Hilfeangebot zur Förderung der selbstständigen Lebensführung psychisch erkrankter Menschen in zwölf Wohngemeinschaften mit insgesamt 40 Plätzen.*
- *Hilfestellung bei der Suche nach eigenem Wohnraum und geeigneten Beschäftigungsmöglichkeiten.*

#### **Intensiv Betreutes Wohnen (Wohngemeinschaft)**

- *Betreuung psychisch erkrankter Menschen, die eine intensive Betreuung brauchen, um z.B. einen Heimaufenthalt zu vermeiden oder Heimbewohnern den Weg zurück in ein selbstständigeres Leben zu erleichtern.*

#### **Betreutes Einzel- und Paarwohnen**

- *Betreuung psychisch erkrankter Menschen, die alleine oder mit einem Partner in einer eigenen Wohnung leben.*
- *Unterstützung bei der praktischen Bewältigung des Alltags, der befriedigenden Tages- und Freizeitgestaltung und der Suche nach Wegen, mit der Erkrankung besser zu leben. Es sollen die Fähigkeiten und Möglichkeiten einer besseren Lebensgestaltung erkannt und verwirklicht werden.*
- *Individuelle Förderung von Fähigkeiten und Ressourcen.*



## **Ambulant Betreutes Wohnen „plus“**

- *Betreuung psychisch erkrankter Menschen, die einen erhöhten Betreuungsbedarf haben und täglich oder mehrmals in der Woche Hilfe bei der praktischen Bewältigung des Alltags und Gespräche benötigen.*

## **Tagesstrukturierende Hilfen, niederschwellige Arbeits- und Freizeitangebote**

- *Einübung von lebenspraktischen Fähigkeiten (Planen, Einkaufen, Kochen etc.), Training von sozialen Verhaltensweisen, Austausch mit anderen Betroffenen, stützende Gespräche, niederschwellige Arbeitsangebote sowie Freizeitaktivitäten:*

### ➤ **Tagesstätte Der Treffpunkt**

*Peter-und-Paul-Str. 49, Bruchsal, ☎ 07251 72463-104*

**montags bis donnerstags**

- **Öffnungszeiten siehe Seite 25 und 26**

### ➤ **Dienstagstreff / Club 74**

*Peter-und-Paul-Str. 49, Bruchsal, ☎ 07251 72463-104*

**dienstags von 9<sup>00</sup> Uhr bis 16<sup>00</sup> Uhr, Programm siehe Seite 30 und 31**

**Achtung: Geöffnet ab 9<sup>00</sup> Uhr, damit mehr Zeit ist, gemeinsam mit den Besucher/innen zu kochen**

### ➤ **„Mach mit“**

**Freiwilliges Beschäftigungsangebot (Vorstufe für den Hinzuverdienstbereich in der WfbM)**

*Unverbindliche Teilnahme, 1 Std./Woche, Taschengeld 1,00 €/Stunde*

*Peter-und-Paul-Str. 49, Bruchsal, ☎ 07251 72463-104*

**donnerstags von 10<sup>00</sup> Uhr bis 11<sup>00</sup> Uhr**

*In Kooperation mit der Lebenshilfe Bruchsal-Bretten e. V.*



**- das Caritas-Café**

**Friedhofstr. 13**

**☎ 07251 308830**

**Das Caritas-Café mit Arbeitsangeboten  
für benachteiligte Menschen in Kooperation mit der TAST**

**Öffnungszeiten: Mo. bis Do. von 10<sup>00</sup> Uhr bis 17<sup>00</sup> Uhr  
und Freitag von 10<sup>00</sup> Uhr bis 14<sup>00</sup> Uhr**

**Wohnheim St. Josefshaus**

**Peter- und Paul Str. 53, ☎ 07251 3849-0**

- *Wohnheim mit insgesamt 38 Plätzen, davon 13 Plätze in 4 Außenwohngruppen*
- *Tagesstrukturierende Angebote*





## *Außenstelle der Gemeindepsychiatrie*

- Sozialpsychiatrischer Dienst
- Soziotherapie
- Ambulant Betreutes Wohnen

Viola Hoffmann

**Seniorenhaus St. Franziskus**

– **Zimmer 13** –

Udenheimer Straße 4

76661 Philippsburg

**Telefonische Anmeldung erforderlich:**

07251 3849-233 (Sekretariat Gemeindepsychiatrie)

### **Sprechzeiten in Odenheim**

Doris Werner-Igneci

**Ortschaftsverwaltung**

Nibelungenstraße 2

76684 Östringen-Odenheim

Telefonische Voranmeldung erforderlich:

07251/3849-233

*Jeden zweiten und vierten  
Donnerstag im Monat  
16:00 bis 18:00 Uhr*



## JUST FOR FUN



Das junge Angebot „**JUST FOR FUN**“ richtet sich an psychisch erkrankte Menschen zwischen 18 und 30 Jahren, denen es schwer fällt, aus eigenen Kräften Kontakte aufzubauen, oder zu pflegen.

Wir wollen uns jeden **Dienstag von 17<sup>00</sup> Uhr bis 19<sup>00</sup> Uhr** in der **Tagesstätte, Peter-und-Paul-Str. 49 in Bruchsal** treffen, um gemeinsam schöne Dinge zu planen und zu erleben.

Einfach vorbeikommen, wir freuen uns.

Noch Fragen?

Bitte anrufen:

**Franziska Himmel, Tel. 07251/3849-26**



# **Der Treffpunkt - TaSt**

(Tagesstätte)



**Ort:** Peter-und-Paul-Str. 49, Bruchsal  
Auskünfte über ☎ 07251 72463-104

**Leitung:** Tatjana Fischbach  
**Mitarbeit:** Tanja Duchardt-Gland  
Wilma Steiert, Edith Urban

**Dienstagstreff:** Tatjana Fischbach  
**Mach mit:** Wilma Steiert  
**Mitarbeit:** Tanja Duchardt-Gland und ehrenamtliche  
Laienhelferinnen

## **Öffnungszeiten**

### **Montag**

🕒 9<sup>30</sup> – 13<sup>30</sup> Uhr im Treffpunkt

- ❖ Gemütliches Frühstück mit E. Urban in einer themenorientierten Gesprächsrunde

im 14- tägigen Wechsel

- ❖ Brunch mit Tanja Duchardt-Gland mit wechselnden Aktivitäten

**(Programm Seite 27 bis 29)**

### **Dienstag**

🕒 9<sup>00</sup> Uhr – 16<sup>00</sup> Uhr

- ❖ Ab 9<sup>00</sup> Uhr Dienstagstreff:  
Gemeinsames Zubereiten des Mittagessens, Gespräche

- ❖ Ab 13<sup>30</sup> Uhr Club 74 **(Programm Seite 30 und 31)**

**Achtung: Neue  
Öffnungszeit**



### Mittwoch

🕒 15<sup>00</sup> – 18<sup>00</sup> Uhr

- ❖ **Gruppenangebote / kreatives Werken, Gespräche, Themen, Kaffeetrinken**

### Donnerstag

🕒 10<sup>00</sup> – 14<sup>00</sup> Uhr

- ❖ **Offene Angebote**
- ❖ **Gemeinsame Zubereitung des Mittagessens**
- ❖ **Arbeits- und Beschäftigungsangebot „Mach mit“ mit Wilma Steiert**

### Freitag

🕒 Der Treffpunkt ist geschlossen

### Alternativ:



- Friedhofstr. 13  
Tel. 07251 30 88 30

🕒 Mo.- Do. 10.00 - 17.00 Uhr  
Freitag 10.00 - 14.00 Uhr





# ***Der Treffpunkt - TaSt*** (Tagesstätte)



**Ort:** *Peter-und-Paul-Str. 49, Bruchsal*  
*Auskünfte über ☎ 07251 72463-104*

**Leitung:** *Tatjana Fischbach*  
**Mitarbeit:** *Tanja Duchardt-Gland,*  
*Wilma Steiert, Edith Urban*

## ***Spezielle Themenangebote montags, Beginn mit einem gemeinsamen Frühstück oder Brunch***

***Auch in diesem Jahr wollen wir wieder einen kleinen  
Projektchor bilden und gemeinsam stimmungsvolle  
Weihnachtslieder einüben.***

Rosi Bernhard wird die Chorprobe leiten. Diese findet an  
folgenden Tagen, jeweils von 12<sup>15</sup> bis 13<sup>15</sup>, statt:

14.10. (Liedauswahl und erstes einsingen)  
28.10.  
11.11.  
25.11 und  
09.12.2019

Wir hoffen, dass sich genügend singfreudige Menschen finden,  
die mitmachen. Jede\*r ist willkommen. Es sind keine Vorkennt-  
nisse erforderlich.



**30.09. Biographiearbeit** beschäftigt sich anhand ganz bestimmter Fragen mit den verschiedenen Lebensaltern eines Menschen. Heute wollen wir uns einer Zeitspanne aus unserer Kindheit widmen.

**07.10. Eine Wohltat für Körper und Seele:**  
Entspannungsübungen! Dabei spielen die Körperwahrnehmung, die Lockerung der Muskeln und Dehnungsübungen eine Rolle. Jeder kann mitmachen!

**14.10. „Bunt sind schon die Wälder...“!**

Wir unternehmen unseren traditionellen Jahreszeiten-spaziergang durch die Natur, führen uns die herbstliche Stimmung durch Herbstgedichte zu Gemüte und tauschen uns darüber aus, was wir stimmungsmäßig in dieser Jahreszeit erleben.



**21.10. Was können wir für gepflegte Fingernägel tun?**  
Heute praktizieren wir „professionelle Maniküre“ und als zusätzliche Wohltat eine „Hands-Arm-Massage“.

**28.10. Mal raus aus der gewohnten Umgebung und einen anderen Kontinent erleben: Afrika!**  
Mit Petra Rank tauchen wir per Dia-Show und Erzählungen von ihren Afrikareisen in die Tierwelt dieses Kontinents (und speziell Tansanias) ein. Wir erleben das Natur- und Tierparadies der Serengeti und des Vulkangraters Ngorongoro. Wer möchte diese abenteuerliche Reise miterleben! Als Gaumenfreude wird eine kleine afrikanische Köstlichkeit gereicht.



- 04.11. Vertiefung eines der vorangegangenen Themen, je nach Wunsch der Besucher\*innen.**
- 11.11. Am heutigen Martinstag fertigen wir Tischleuchten und erfahren etwas aus dem Leben von St. Martin.**
- 18.11. Es macht Freude, selbst schöne Dinge herzustellen!  
Wir fertigen attraktive Geschenke aus Pappmachee.**
- 25.11. Wir filzen mit weißer und bunter Schafwolle (Märchenwolle) flauschige und zarte Engel für die Advents- und Weihnachtszeit.**
- 02.12. Was wäre die Weihnachtszeit ohne die Plätzchen?**  
Heute backen wir Weihnachtsplätzchen, die nicht nur lecker, sondern auch noch gesund sind.
- 09.12. Gedanken zum Advent:** Was bedeutet die Adventszeit und wie kann sie mir persönlich eine Hilfe sein?
- 16.12. Vertiefung eines der vorangegangenen Themen, je nach Wunsch der Besucher\*innen.**
- 23.12. Wir stimmen uns auf Weihnachten ein.**
- 30.12. Wir lassen den Alltag mal hinter uns und beenden das alte Jahre mit einer Traumreise.**
- 06.01. Feiertag – Die Tagesstätte ist geschlossen.**





# ***Programm Club 74***

***Oktober – November – Dezember 2019***

**Treff: 13.30 Uhr**

***Peter-und-Paul-Str. 49, Bruchsal***

**☎ 07251 72463-104**

**Verantwortlich: Tatjana Fischbach**

**Mitarbeit: Tanja Duchardt-Gland und ehrenamtliche  
Mitarbeiterinnen**

- 01.10.** Flechtarbeiten
- 08.10.** Dehn-und Entspannungsübungen
- 15.10.** Herbstspaziergang mit Einkehr
- 22.10.** „Mörderische“ Geschichten
- 29.10.** Kegeln im HdB
  
- 05.11.** Plätzchen backen für Verkauf in der Cafetas
- 12.11.** Plätzchen backen für Verkauf in der Cafetas
- 19.11.** Plätzchen backen für Verkauf in der Cafetas
- 26.11.** Adventsgestecke herstellen



- 03.12. "Wunschkonzert"
- 10.12. Weihnachtsfeier  
**Anmeldung erforderlich**
- 17.12. Besuch des Weihnachtsmarktes
- 24.12. Feiertag
- 31.12. Feiertag





# *Der Treffpunkt - TaSt*

(Tagesstätte)



**Ort:** *Peter-und-Paul-Str. 49, Bruchsal*  
*Auskünfte über ☎ 07251 72463-104*

## *Selbsthilfegruppen*

### ***Angehörigengruppe psychisch erkrankter Menschen***

Jeden ersten Donnerstag im Monat

18<sup>30</sup> bis 20<sup>30</sup> Uhr

Ansprechpartnerin: Frau Barbara Mechelke

Tel. 0151 12461115

### ***Selbsthilfegruppe Balance***

für Betroffene bei Angst, Panik und Depression

Jeden 1. Montag im Monat

19<sup>30</sup> bis 21<sup>30</sup> Uhr

Ansprechpartnerin: Melanie

Tel. 0163 6175830

### ***Selbsthilfegruppe Soziale Phobie***

Jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat

19<sup>00</sup> bis 21<sup>00</sup> Uhr

Ansprechpartner:

Herr Hippchen, Tel. 07250 922743



# *Der Treffpunkt - TaSt*

(Tagesstätte)



**Ort:** *Peter-und-Paul-Str. 49, Bruchsal*  
*Auskünfte über ☎ 07251 72463-104*

## ***Vortragsreihe***

***Termine jeweils 18<sup>30</sup> bis 20<sup>00</sup> Uhr***

- 14.10. „Angst und Panik“  
Carolin Schilling
  
- 21.10. „Borderline Persönlichkeitsstörung“  
Gregor Häcker
  
- 28.10. „Depression“  
Felizitas Hanke



## Schnullerblues

### Sie haben vor kurzem ein Kind geboren ...und sind nicht glücklich?

Die Geburt eines Kindes wird immer als freudiges Ereignis betrachtet. Was passiert aber, wenn die Glücksgefühle ausbleiben, Stimmungsschwankungen auftreten und Gefühle von Überlastung und Überforderung zu Angst und Selbstzweifeln führen?

Ärzte sprechen dann von einer *postpartalen Depression*.

Sie sind nicht allein!

Experten schätzen, dass 10 bis 15 % der Frauen, die ein Kind zur Welt gebracht haben, im ersten Jahr nach der Geburt an einer Depression erkranken.

Wenn Sie glauben betroffen zu sein, ermöglicht Ihnen der Caritasverband Bruchsal e.V. durch Kooperation seiner Dienste Gemeindepsychiatrie und Schwangerschafts- und Familienberatung die Teilnahme an der Gruppe *Schnullerblues*:

**Sechs Treffen** ab **Mittwoch**, den **16.10.2019**, wöchentlich **bis Mittwoch**, den **20.11.2019** jeweils **von 9<sup>30</sup> bis 11<sup>30</sup> Uhr** in der Tagesstätte, Peter-und-Paul-Straße 49, 76646 Bruchsal.



Die Gruppe soll die Möglichkeit bieten

- sich gegenseitig zu stärken
- Informationen zu erhalten
- Erfahrungen auszutauschen
- Bewältigungsstrategien zu entwickeln

Begleitet wird die Gruppe von Tatjana Fischbach (Sozialarbeiterin) und weiteren Referentinnen.

Begonnen wird mit einem gemeinsamen Frühstück.

Die Teilnahme (begrenzte Teilnehmerzahl) ist kostenfrei,

***Voranmeldung bis 01.10.2019 ist erforderlich:***

Tatjana Fischbach ☎ 07251 72463-101 oder  
tatjana.fischbach@caritas-bruchsal.de

Sie dürfen ihr Baby mitbringen, falls Sie keine andere Betreuungsmöglichkeit haben.





---

**Mitarbeiter/innen des Bereiches Gemeindepsychiatrie**

**Bereichsleitung:**

Eva Zagermann

**Sekretariat:**

Tanja Konrad

Claudia Walther

Martina Westermann

---

**Ambulante Dienste / Teamleitung**

Doris Werner-Igneci

**Sozialpsychiatrischer Dienst / Wohngemeinschaften /  
Betreutes Einzel- und Paarwohnen / Ambulant Betreutes  
Wohnen plus / Intensiv Betreutes Wohnen**

Tatjana Fischbach

Barbara Franco Palacio

Gregor Häcker

Felizitas Hanke

Susanne Höckel

Viola Hoffmann

Matthias Linn

Ludmilla Maul

Jürgen Rätz

Carolin Schilling

Michaela Schimmelpfennig

Anita Thiel-Twele

Silke Trost

Marianne Urbanietz

Doris Werner-Igneci

**Tagesstrukturierende Angebote**

***Cafétas* und *Der Treffpunkt* –Tagesstätte**

Tanja Duchardt-Gland

Andrea Thurau

Tatjana Fischbach

Edith Urban

Wilma Steiert

Caritasverband Bruchsal e. V., Friedhofstraße 11, 76646 Bruchsal,

☎ **07251 3849-233**, [gemeindepsychiatrie@caritas-bruchsal.de](mailto:gemeindepsychiatrie@caritas-bruchsal.de)



# Wohnheim St. Josefshaus

## **Wohnheimleitung:**

Harald Ebner

## **Wohngruppen / Außenwohngruppen:**

Jana Heiningner

Jasmin Helfinger

Franziska Himmel

Alexander Peter

Nadja Schäfer

Christa Schellmann

David Weschenfelder

## **Arbeits-/Ergotherapie:**

Patricia Rill

Roland Walker

## **Gesundheit und Hygiene:**

Antje Knoch

Sabine Thome

## **Hauswirtschaft:**

Natalie Bollheimer

Gerlinde Höniges

Sabine Krahe

St. Josefshaus (Träger: Caritasverband Bruchsal e. V.)

Peter-und-Paul-Straße 53, 76646 Bruchsal,

☎ **07251 3849-0**, [josefshaus@caritas-bruchsal.de](mailto:josefshaus@caritas-bruchsal.de)



**Liebe „Blinklicht“- Leser!**

*Wir sind auch weiterhin bestrebt, Ihnen ein interessantes „Blinklicht“ zu präsentieren. Deshalb bedanken wir uns für jede konstruktive Kritik oder einen Beitrag - bitte schreiben Sie uns [martina.westermann@caritas-bruchsal.de](mailto:martina.westermann@caritas-bruchsal.de) oder rufen Sie uns an unter Tel. 07251 3849-233!*

**Ihr Redaktionsteam**



## Werbung im Blinklicht

**Möchten auch Sie im Blinklicht inserieren?**

Dann senden Sie uns bitte Ihre Annonce  
per E-Mail an:

**[martina.westermann@caritas-bruchsal.de](mailto:martina.westermann@caritas-bruchsal.de)**

**Vielen Dank!**





**Ja,**

***ich möchte helfen, damit die Angebote für psychisch erkrankte Menschen aus dem nördlichen Landkreis Karlsruhe erhalten bleiben!“***

Ihre Spende überweisen Sie bitte auf das Konto:

**Sparkasse Kraichgau  
Caritasverband Bruchsal  
IBAN DE85 6635 0036 0000 0049 87  
BIC BRUSDE66XXX**

**Stichwort: „Spende Blinklicht“**



*Leben. Bestens begleitet.*

**Caritas-Altenhilfe-  
Stiftung Bruchsal**

Einmal gestiftet, hilft immer!



Auch ein kleines Vermögen kann zu einem großen Vermächtnis werden.

Helfen Sie der Caritas-Altenhilfe-Stiftung Bruchsal, die Würde älterer Menschen zu bewahren.

**Tel.: 07251/8008-37  
altenhilfe-stiftung@caritas-bruchsal.de  
www.caritas-bruchsal.de**





## **Praxis für Therapie, Ausdruck und Gestaltung**

**Kerstin Gliesmann**

Kunsttherapeutin, Kreative Kinder- und  
Jugendlichentherapeutin, Heilpraktikerin

**Kreative Therapien für Erwachsene,  
Kinder und Jugendliche**

Termine nach Vereinbarung

Kaiserstr.105, 76646 Bruchsal

Tel.: 07251/3269997

[www.kreative-therapie-bruchsal.de](http://www.kreative-therapie-bruchsal.de)

**GRAF HARDENBERG**  
Das Autohaus



**Audi**

**SKODA**



**SERVICE**



**Nutzfahrzeuge**



**SEAT**

Graf Hardenberg GmbH / Bruchsal • Murgstr. 9 - 13 • Tel.: 07251 / 91010 • [www.grafhardenberg-bruchsal.de](http://www.grafhardenberg-bruchsal.de)