

## Beratung

**Die Beratungsstelle ist Anlaufpunkt für** Menschen mit seelischer Erkrankung oder Beeinträchtigung, die

- Unterstützung bei Antragstellungen und Behördenpost oder
- in ihrem sozialen Umfeld benötigen
- in kritischen Lebenssituationen entlastende und orientierende Gespräche wünschen
- deren Angehörige und Freunde

### Angebote der Beratungsstelle

- Einzelberatung
- Unterstützung bei der Alltagsbewältigung
- entlastende Gespräche
- Hilfe bei der Sicherung materieller und finanzieller Ansprüche
- Begleitung zu Ämtern, Behörden und Ärzten
- aufsuchende Tätigkeit, d.h. Hausbesuche, Klinikbesuche
- Vermittlung zu anderen Hilfsangeboten

Die Inanspruchnahme der Einzelangebote erfolgt Mo – Fr im Rahmen unserer Öffnungszeiten nach individueller Absprache. Termine für Beratungen vereinbaren Sie bitte telefonisch mit:

#### **Beate Adamczik**

Dipl.-Sozialarbeiterin / Sozialpädagogin  
0341 / 86 31 755

[b.adamczik@gutshof-stoetteritz.de](mailto:b.adamczik@gutshof-stoetteritz.de)

#### **Ulrike Petersen**

Dipl.-Sozialarbeiterin  
0341 / 86 31 750

[u.petersen@gutshof-stoetteritz.de](mailto:u.petersen@gutshof-stoetteritz.de)

## Wir über uns

Unser Tageszentrum "Vielfalt" ist als Kontakt- und Beratungsstelle ein erster Anlaufpunkt für Menschen mit dauerhaften oder vorübergehenden seelischen Erkrankungen und Beeinträchtigungen. Der Besuch ist kostenlos, erfordert keinerlei Überweisung oder Antragstellung, sondern ist jederzeit möglich. Sie entscheiden selbst, wie oft und lange Sie unser Angebot nutzen wollen. Wir bieten Ihnen Hilfe zur Selbsthilfe an. Hier können Sie andere Menschen treffen, Kontakte aufbauen, Gesprächsangebote und Beratung nutzen, sich austauschen, Ihre Freizeit gestalten und wieder Struktur und Sinn in Ihren Tagesablauf bringen. Unsere Angebote reichen von Teestube, gemeinsamem Kochen über Spielnachmittage und vielfältige kreative Tätigkeiten bis hin zu Tagesausflügen. Eine aktive Mitgestaltung ist immer erwünscht und möglich.

### Beratung aus eigener Erfahrung Peer-Beratung

Gehör, Beratung, Unterstützung und Orientierung aus der Sicht einer Betroffenen mit Depressions-Erfahrungen.

Frau **Christine Reuter** steht Ihnen als Gesprächspartnerin / Peerberaterin montags 14 - 17 Uhr und dienstags 15 - 18 Uhr zur Verfügung. Bitte nehmen Sie bei Interesse Kontakt zu uns auf, die Terminvergabe kann über das Tageszentrum erfolgen!  
0341/ 86 31 750 oder  
[c.reuter@gutshof-stoetteritz.de](mailto:c.reuter@gutshof-stoetteritz.de)

## Programm Januar/ Februar 2025



Kontakt, Beratung und Freizeitangebote für Menschen mit seelischen Erkrankungen

### Tageszentrum Vielfalt und Beratungsstelle

Oberdorfstraße 15 – 04299 Leipzig 0341 / **8631750**  
Beratungsstelle 0341 / 86 31 755  
TZV@gutshof-stoetteritz.de  
KOB@gutshof-stoetteritz.de  
[www.gutshof-stoetteritz.de](http://www.gutshof-stoetteritz.de)  
facebook: Tageszentrum Vielfalt

Gutshof Stötteritz e.V.

## Regelmäßige Angebote

### Montag 09:00-20:00 Uhr

09:30-12:00 Uhr	Holz/Theaterwerkstatt
10:00-12:00 Uhr	Kochen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:30-14:30 Uhr	Gedächtnistraining
14:00-16:00 Uhr	Medienwerkstatt
15:00-17:00 Uhr	Montagstreff für Frauen 50+
17:45-19:30 Uhr	Junge Gruppe Depression

### Dienstag 09:00-18:00 Uhr

09:30-12:00 Uhr	Holz/Theaterwerkstatt
10:00-12:00 Uhr	Kochen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:00-17:00 Uhr	Spielenachmittag

### Mittwoch 09:00-20:00 Uhr

10:00-12:00 Uhr	Kochen / Backen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:00-17:00 Uhr	Spielenachmittag
14:00-14:30 Uhr	Entspannung
14:00-16:00 Uhr	Töpferwerkstatt
17:00-20:00 Uhr	Theaterprobe

### Donnerstag 09:00-19:00 Uhr

09:30-12:00 Uhr	Holz/Theaterwerkstatt
10:00-12:00 Uhr	Kochen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:30-14:30 Uhr	Denksportspaziergang
15:00-19:00 Uhr	Kaffeeklatsch

### Freitag 09:00-15:00 Uhr

09:30-12:00 Uhr	Marionetten-Film-Projekt
10:00-12:00 Uhr	Kochen
12:00-13:00 Uhr	Mittagessen
13:00-14:30 Uhr	Marionetten-Film-Projekt

## Selbsthilfegruppen

**SHG Depression und Angststörungen**  
bis Mitte 30 montags 17:45 – 19:30 Uhr

**SHG Licht und Schatten** für Menschen mit bipolaren Störungen  
mittwochs 17:00 – 19:00 Uhr

**SHGs Leben mit Psychose**  
ungerader Donnerstag 16:00 – 17:30 Uhr  
gerader Donnerstag neue Gruppe „Dopaminkunterbunt“  
[dopaminkunterbunt@gmx.de](mailto:dopaminkunterbunt@gmx.de)

Bei diesen Selbsthilfegruppen erhalten Sie unter Tel. 86 31 750  
die Kontaktdaten der Ansprechpartner\*innen.

**SHGs „Mut zum Reden“ Depression, Ängste, Panik  
mehrere Gruppen**  
dienstags 18:00 Uhr,  
donnerstags 19:00 Uhr,  
samstags 14-tägig, gerade Woche 12:00 – 14:00 Uhr oder  
offener Treff/ Stammtisch ungerade Woche 14:00 Uhr  
Kontakt + alle Infos über [www.mut-zum-reden.de](http://www.mut-zum-reden.de)

## Was sonst noch los ist

Wir wünschen allen einen guten Start in ein  
gesundes und friedliches neues Jahr!  
Dazu eine gute Portion Gelassenheit, Zuversicht  
und Neugier, viele schöne Momente und neue  
Begegnungen!

## Besonderes

### **Mittwoch, 8.1.25. Skatturnier**

Beginn: 9:30 Uhr  
Teilnahmegebühr 3 € + 1 € für Karten  
Mittagessen für 4 €

**Donnerstag, 9.1.25  
Christbaumverbrennung**  
nach 16 Uhr zum Kaffeeklatsch,  
mit Suppe am Lagerfeuer zum Abendbrot.  
Bitte zieht Euch „Räubersachen“ an wegen  
Qualm und Funkenflug!

**Donnerstag, 23.1.25  
Ausflug zum Bowling**  
im Gasthof Holzhausen, Christian-Grunert-Str. 2  
16 – 18 Uhr  
Wir teilen die Kosten unter den Teilnehmenden  
auf, 1 Bahn kostet 15 €/ Stunde.  
Bitte für die Bestellung bis 13.1. im TZ anmelden!  
Wir starten im Tageszentrum und fahren mit  
dem Bus Linie 74.