



19. Jahrgang Januar 2024

Spix-INFO

Das Leben ist bunt.
Wir helfen Ihnen, das wiederzuentdecken!



**15. JANUAR 2024 BLUE MONDAY
UND WARUM GUTE VORSÄTZE MANCHMAL
GAR NICHT SO GUT SIND**

**DIAGNOSE DEPRESSION UND NUN?
FINDEN SIE UNTERSTÜTZUNG UND NEUE PERSPEKTIVEN
BEI DEPRESSIONEN**



4 EDITORIAL

**6 15. JANUAR 2024
BLUE MONDAY**

*Und warum gute Vorsätze
manchmal gar nicht so gut sind*

**8 EIN*E SPRECHER*IN FÜR`S
REHA-ZENTRUM**

*Anne Goepelt und Daniel Köhne
als neue Sprecher gewählt*

9 NACHRUFE

10 30 JAHRE HAUS VIVALDI
*30 Jahre gelebtes Miteinander. 30 Jahre
Zuhause. 30 Jahre Arbeitsplatz.*

**12 IMMER WIEDER SCHÖN...
GÖTTERSWICKERHAMM**
Reha-Gruppe genießt Minigolf und Rheinblick

14 DER BLICK ÜBER DEN TELLERRAND
*Besuch beim inklusiven Café
Ziegenpeter in Duisburg*

16 REGES TREIBEN IM WOHNRAUMTEAM...
Das hat richtig viel Spaß gemacht!

17 WESELER KULTUR NACHT
Kunst und Handwerk leuchten auf

18 EINSAMKEIT
*Kompetenznetz Einsamkeit verbindet
Forschung und Praxis in Deutschland*

19 DIAGNOSE DEPRESSION UND NUN?
*Sozialpsychiatrische Zentren bieten
Erfahrungsgruppen zur Überbrückung
der Wartezeit auf Therapieplätze*



20 BETREUTES WOHNEN IN FAMILIEN

Fachtagung 2023 in Bern/Schweiz

21 MEINE ZEIT IN DER TAGESSTÄTTE

Ergotherapie-Auszubildende sammelt wertvolle Erkenntnisse in der Spix Tagesstätte

22 FEIER VON MEILENSTEINEN

10 Jahre Engagement und Teamgeist im Bewo plus Team von Spix

22 DAS JÄHRLICHE FEUERSCHALENFEST DES WOHNRAUM-TEAMS

23 20-JÄHRIGES DIENSTJUBILÄUM

Andrea Waggmann feiert 20 Jahre Engagement und Vielseitigkeit bei Spix

24 BERICHT VON DER FERIENFREIZEIT

vom 04.09.2023 bis zum 08.09.2023 im Landal Beach Resort Julianadorp

26 ERFOLGREICHER ABSCHLUSS:

Anita Wildförster und Matthias Borgmann als neue FAB-Fachkräfte im Franz Sales Haus

27 DIE TAGESSTRUKTUR AM KAISERRING VERLÄNGERT IHRE ÖFFNUNGSZEIT AM FREITAG

28 SPIX-NUTZERSPRECHER*INNEN

29 GRUPPENANGEBOTE

30 IMPRESSUM

31 KONTAKTDATEN



Ein Blick auf das Vergangene und Erwartungen für das neue Jahr: Willkommen im Jahr 2024!

Geehrte Leserinnen und Leser,

Es ist mir eine Freude, Sie im Namen dieses Mediums im neuen Jahr begrüßen zu dürfen. Der Jahreswechsel ist traditionell eine Periode der Kontemplation, Reflexion und der Erwartung hinsichtlich kommender Entwicklungen.

Bei einer Retrospektive des vergangenen Jahres werden zahlreiche kollektive Errungenschaften, inspirierende Momente und bedeutsame Begegnungen sichtbar.

!!! Achtung !!! Diese Zeilen wurden von der KI ChatGPT 3.5 geschrieben und das innerhalb von Sekunden. Es ist erstaunlich was diese neue Technik zu leisten vermag... Und die Entwicklung ist erst am Anfang. Wird die Spix-Info bald von einer KI geschrieben?

Wie wird sich Soziale Arbeit in der Gemeindepsychiatrie durch Künstliche Intelligenz verändern? Werden Verwaltung- und Dokumentationsprozesse beschleunigt, so dass uns mehr Zeit für die Arbeit mit Menschen verbleibt? Gelingt es der Politik und den ausführenden Organen und Institutionen die neue Technologie in unserer Arbeitswelt zuzulassen, ohne eine Bürokratieflut auf die Nutzer*innen auszuschütten?

Fragen über Fragen und die Antworten bleibe ich Ihnen / Euch leider schuldig. Dafür müssen wir uns noch gedulden. Doch eins ist sicher: Wir werden sie bekommen und das wahrscheinlich viel schneller als wir alle denken.

Schön wäre es, wenn die KI bereits im kommenden Jahr gute Lösungen in Bezug auf den Klimawandel, Pandemien und den Weltfrieden bringen würde. Auch dies müssen wir abwarten.

Ihnen / Euch wünsche ich alles erdenklich Gute für das Jahr 2024!

Klaas Wagner



Komm in unser Team!

Wir suchen

pädagogische Fachkräfte (m/w/d)

für diverse Bereiche unserer gemeindepsychiatrischen Arbeit.

Du hast einen Abschluss in einem sozialen Beruf, eine gültige Fahrerlaubnis und Lust, auf eine neue Herausforderung?

Wir bieten

- unbefristeten Arbeitsvertrag
- Vergütung nach TVöD SuE, betriebliche Altersvorsorge
- 28+3 Tage Urlaub und 2 Erholungstage
- Gesundheits- und Weiterbildungsförderung
- wertschätzendes und kollegiales Betriebsklima

Wir haben Dein Interesse geweckt?

Dann schicke Deine Bewerbung an k.wagner@spix-ev.de



15. Januar 2024 Blue Monday

*Und warum gute Vorsätze
manchmal gar nicht so gut sind*

„Blue Monday“ ist nicht nur ein bekannter Song der Band New Order, sondern dem britischen Psychologen Cliff Arnall laut auch der traurigste Tag des ganzen Jahres. Der stellte im Jahr 2005 eine Formel auf, nach der man anhand von unterschiedlichen Faktoren wie beispielsweise Wetter und Motivationslevel diesen berechnen können soll. Und siehe da, er fällt jedes Jahr auf den dritten Montag im Januar.

Doch was ist tatsächlich dran an dieser Aussage?

Fakt ist, der Januar hat es in sich. Die gemütlichen Feiertage mit gutem Essen und lieben Menschen sind vorüber. Manchmal haben wir mehr Geld ausgegeben für Geschenke als uns eigentlich lieb wäre. Und dann noch dieses dauergraue Wetter. Morgens wird es spät hell und ab Nachmittag schon wieder dunkel. Die Folge: Der Körper schüttet vermehrt und auch tagsüber Melatonin aus. Dieses Hormon ist für den Schlaf zuständig. Gleichzeitig ist die Produktion vom Glückshormon Serotonin deutlich herabgesetzt. Folge? Wir fühlen uns dauermüde, träge und antriebslos.

Und genau zu dieser Zeit versuchen wir nun also die guten Vorsätze, mit denen wir ins neue Jahr gestartet sind, umzusetzen. Ich habe mal meine Kolleg*innen gefragt, was die Klassiker der Vorsätze sind. Die unangefochtene Spitze der Hitliste bilden „Abnehmen“ und „Rauchen aufhören“. Hm, kommt mir irgendwie bekannt vor...

***„Ich brauche keine guten Vorsätze,
ich hab noch welche von letztem Jahr“***

Doch wie gut gelingt eigentlich die Umsetzung? Insbesondere die Anmeldungen bei den Fitnessstudios schnellen zu Beginn des Jahres in die Höhe. Laut Kassenärztlicher Vereinigung Nordrhein halten sich jedoch max. 24 % der Befragten an ihre selbst gewählten, neuen Lebensweisen. Nach 3 Monaten sind es nur noch 20 %.

Die Zahlen, und vermutlich auf die Erfahrung vieler, zeigen, dass gute Vorsätze häufig nur Vorsätze bleiben. Dabei ist das Problem tatsächlich relativ offensichtlich. Es ist der falsche Zeitpunkt! Während unser Gehirn und damit der gesamte Körper auf einem niedrigen Energielevel läuft, nehmen wir uns großartige Leistungen vor, zu denen wir sonst noch nicht mal im Laufe des gesamten Jahres fähig waren.

Wunderbar, wir haben nun also eine Erklärung dafür, warum wir anstatt in der Laufhose schwitzend den Aue-See umrundend, in der Jogginghose auf der Couch gelandet sind. Damit könnten wir uns jetzt zufriedengeben. Oder aber – wir passen unsere Vorsätze an. Denn das Gammeln auf dem heimischen Sofa trägt weiter zur mentalen Trägheit bei. Zu wenig Sonnenlicht und frische Luft verstärken die depressive Stimmung. Wir brauchen mehr Serotonin, Dopamin und Endorphine, also GLÜCK.

„Glück beginnt im Kopf“

Da wir nicht bei Harry Potter sind, wo es „flüssiges Glück“ als Zauberspruch gibt, müssen wir selbst tätig werden und Dinge tun, die uns glücklich machen. Hilfreich sind zum Beispiel kleinere, entspannte Spaziergänge am Nachmittag, bevor es dunkel wird. Warm anziehen, ein paar Sonnenstrahlen einfangen und bewusst atmen. Denn sowohl die UV-B Strahlung, als auch die Bewegung und entspannte Atemtechniken kicken das Serotonin in die Höhe.

Wer die Ruhe beim Gehen nicht gut aushalten kann, dem seien Podcasts oder entspannte Musik via Kopfhörer empfohlen.

Ebenfalls gesund und optimal für das Ausschütten von Glückshormonen ist Lachen. Klingt einfach, ist es aber oft gar nicht, wenn wir uns abgeschlagen und niedergedrückt fühlen. Und während ich persönlich bei so manchen lustigen



Internetvideos kaum noch aus dem Lachen herauskomme, nehmen andere Menschen dafür regelmäßig an Lachyoga teil. Erlaubt ist, was hilft und gut tut.

Und auch mit der Ernährung kann man der Psyche ein bisschen auf die Sprünge helfen. Die Vorstufe von Serotonin nennt sich Tryptophan und ist in einigen Lebensmitteln enthalten. Bananen, Quinoa, Cashewnüsse und Datteln sind nur einige hiervon. Doch alles in allem hilft dem Körper und damit auch der Seele insgesamt ein ausgewogenes und nicht zu fettreiches Essen. Nicht zuletzt erwähnt sei natürlich die allseits als Glückhormon bekannte gute, alte Schokolade. Ich könnte jetzt verraten, dass selbst in der dunklen Variante nur ein so geringer Anteil Tryptophan enthalten ist, dass diese Aussage nicht stimmt. Aber – ich bleibe dabei, Schokolade macht glücklich.

Es gibt so unendlich viele Kleinigkeiten, die wir in unseren Alltag einbauen können, die uns und unsere Mitmenschen glücklicher machen. Ein freundliches „Guten Morgen“ mit einem Lächeln beim Bäcker, ein kleines, aber ehrlich gemeintes Kompliment an unser Gegenüber, beim Autofahren oder unter der Dusche laut mitsingen, mehr loben statt lästern. Und ich persönlich finde, hier sollten wir mit unseren guten Vorsätzen anfangen. Bei Kleinigkeiten, die uns nichts kosten, höchstens ein bisschen Überwindung. Und dazu ein kleines Stückchen Schokolade – das schaffen wir doch alle.

Kathrin Lemmen

PSYCHOSESEMINAR

29. Januar 2024 / 18.00 bis 20.00 Uhr

Thema: Ich nur für mich oder wir gemeinsam für uns? Wieviel miteinander brauchen wir?

SPZ Caritas Dinslaken

Edith-Stein-Haus, Duisburger Straße 98, 46535 Dinslaken

26. Februar 2024 / 18.00 bis 20.00 Uhr

Thema: Psychische Erkrankungen und Schuld - welche Blickwinkel sind möglich?

VHS Wesel

Raum 312, Ritterstraße 10-14, 46483 Wesel

18. März 2024 / 18.00 bis 20.00 Uhr

Thema: Die richtige Dosis! Wie sieht die perfekte Psychiatrie aus?

SPZ Caritas Dinslaken

Edith-Stein-Haus, Duisburger Straße 98, 46535 Dinslaken





Ein*e Sprecher*in für's Reha-Zentrum

Im Sommer 2023 brachten wir auf einer unserer regelmäßig stattfindenden Versammlungen die Idee auf den Weg, unter den teilnehmenden Menschen des Reha-Zentrums einen Sprecher oder eine Sprecherin wählen zu lassen und auch hier schon eruiert, ob es Teilnehmende gibt, die sich diese Rolle vorstellen könnten. Diese gab es durchaus und die Idee fand Zuspruch.

Im Laufe der folgenden Wochen gab es dann die Möglichkeit, sich namentlich zur Verfügung zu stellen. Natürlich gab es noch einige Fragen zu den möglichen Aufgaben und auch Unterstützungsangebote unsererseits.

Um möglichst vielen Teilnehmer*innen die Möglichkeit der Teilnahme zur Wahl zu geben, wurden zwei Wahltage zur Verfügung gestellt und die Wahl konnte am 27.10. und 30.10. stattfinden. In der provisorisch in den Fundamenten des Hauses Vivaldi aufgestellten Wahlkabine wurde fleißig gewählt und mit einer Wahlbeteiligung von ca. 80 % eine Entscheidung getroffen.

Anne Goepelt, seit 3 Jahren Teilnehmerin des Reha-Zentrums, wurde sehr eindeutig zur Sprecherin gewählt.

Unterstützt wird sie dabei von Daniel Köhne, der seit 1 ½ Jahren dabei ist und als Vertreter gewählt wurde.

Wir freuen uns sehr, dass dies für das Reha-Zentrum umgesetzt werden konnte und wünschen den beiden gutes Gelingen.

Alexandra Hönnekes



Nachrufe

Gabriele Hindricksen

geb. 12.04.1970 | gest. 27.11.2023



Das BeWo-Team verabschiedet sich von Frau Gabriele Hindricksen, die nach schwerer Krankheit plötzlich von uns ging. Unsere liebe Frau Hindricksen erheiterte so manche gesellige Runde und war aus der Handarbeitsgruppe nicht wegzudenken. Schon fast eine kleine Antiquität.

Die letzten Jahre waren geprägt von körperlichen Beschwerden, Schmerzen und vielen Krankenhausaufenthalten. Doch neben vielen traurigen Momenten hat Frau Hindricksen es immer wieder geschafft, alle mit ihrer Persönlichkeit und ihrer Art zu beeindrucken und für sich zu gewinnen.

Wir sind dankbar für die vielen gemeinsamen Jahre und die schönen Erinnerungen, die uns bleiben.

Das Team von betreutem Wohnen

Dietmar Juhra

geb. 28.3.1952 | gest. 29.10.2023



Das WohnRaum-Team verabschiedet sich von Dietmar Juhra, geb. am 28.3.1952 und verstorben am 29.10.2023. Herr Juhra lebte bis zuletzt ca. 5 Jahre in einem Einzelappartement auf der Friedenstraße 68 und wurde vom WohnRaum-Team betreut.

Bevor Spix e.V in sein Leben getreten ist, lebte Herr Juhra ein sehr bewegtes Leben. Unter anderem lernte er das Zirkusleben lieben und war stets auf „Achse“. Auch bildete er jahrelang Spürhunde aus. Tiere begleiteten ihn stets auf seinem Lebensweg und gaben ihm Halt. Bis zuletzt gab er seinen 2 Ratten ein schönes Zuhause und sie waren für ihn sinnerfüllend. Leider erlebte Herr Juhra in den letzten Jahren mehr Tiefen als Höhen. Viele Operationen, Schmerzen und körperliche Einschränkungen erschwerten seinen Alltag.

Geplante Gruppenangebote wie das kreative Arbeiten oder gemeinsame Spielenachmittage waren eine große Bereicherung für ihn. Hier durfte Herr Juhra nicht fehlen und hatte stets einen lockeren Spruch auf den Lippen.

Lieber Herr Juhra - Sie haben das WohnRaum-Team bereichert und wir werden Sie vermissen und in guter Erinnerung behalten.

Einschlafen dürfen, wenn man müde ist und eine Last fallen lassen dürfen, die man lange getragen hat, ist ein erlösender Moment.

In stillem Gedenken
WohnRaum-Team



30 Jahre Haus Vivaldi

30 Jahre gelebt miteinander. 30 Jahre Zuhause. 30 Jahre Arbeitsplatz.

Für die Bewohner*innen und Mitarbeiter*innen ein Grund, das Sommerfest in diesem Jahr aus vollen Zügen zu genießen und sich zu feiern. Damit dies in unbeschwerter Atmosphäre möglich wurde, haben sich etliche Kolleg*innen der anderen Bereiche zur Verfügung gestellt und den ganzen Tag über tatkräftig miteinander angepackt!

Mit Köstlichkeiten vom Grillbuffet, der kleinen Kuchenschlacht in den Fundamenten und dem obligatorischen Eiswagen wurde für das leibliche Wohl gesorgt. Wer an diesem Nachmittag bereits die ersten Kalorien abbauen wollte, nutzte die Möglichkeit zum Tanzen bei guter Live Musik, die keine Wünsche offen ließ.

Insgesamt ein gelungener Tag voller Erinnerungen und Emotionen.

Das Haus Vivaldi bietet mittlerweile seit 30 Jahren im Rahmen der Eingliederungshilfe 25 Menschen eine 24-Stunden-Betreuung an.

Anfänglich noch unter der Bezeichnung: Wohnheim, einige Jahre später für eine kurze Phase als EuLA (Einrichtung mit umfassendem Leistungsangebot), seit 2020 nun als besondere Wohnform. Diese Bezeichnungen dienen der Beschreibung und Abgrenzung zu den vielfältigen Wohnangeboten mit Unterstützungsleistungen.

Den Bewohner*innen scheinen diese unterschiedlichen Betitlungen jedoch nebensächlich, geht es bei ihren Entscheidungen für eine besondere Wohnform doch

hauptsächlich um eins: kann ich mich hier wohlfühlen? Kann mir hier geholfen werden?

Wir sind froh und stolz in den letzten 30 Jahren so viele Menschen auf ihrem Weg in die Selbständigkeit begleitet zu haben und freuen uns schon jetzt auf die vielen neuen Wege, die wir gemeinsam beschreiten werden!

Brigitte Langwald



Bei guter Musik wurde der Garten zur Tanzbühne



Gertrud Nyssing



Corinna Potthoff und Frank Große-Brinkhaus



Prentakumar Nadarajah



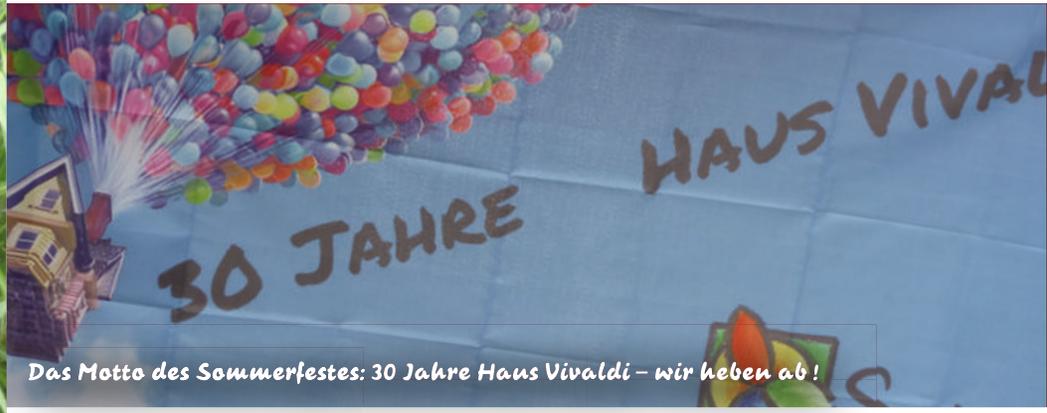
Daniela Voß



Anja Sternberg und Bettina Dembowski



Bernd te Leuken und Nurcan Tagay



Das Motto des Sommerfestes: 30 Jahre Haus Vivaldi – wir heben ab!



Rainer Migenda sorgte für Stimmung





Immer wieder schön... Götterswickerhamm

Am 7. September 2023 war es wieder soweit. Das Reha-Team machte sich mit den Teilnehmern*Innen zum jährlichen Ausflug „Minigolf in Götterswickerhamm“ auf, um in dem lauschigen Örtchen am Rhein eine Runde Minigolf zu spielen und sich im Anschluss ein leckeres Essen mit Blick auf den Rhein zu gönnen.

Mit Sonne im Gepäck und guter Laune sprangen alle in die Wagen und in null Komma nichts waren wir da. Natürlich waren wir wieder zu früh, sowohl die Minigolfanlage als auch das Restaurant waren noch geschlossen.

Das tat aber der guten Laune keinen Abbruch, zumal wir mit Getränken ausgestattet waren. Die Zeit wurde genutzt, um den einen oder anderen Plausch zu halten, ein Zigarettenchen zu genießen und schon einmal die Gruppen festzulegen.

Und schon konnte es losgehen. Man konnte schon erkennen,

wer bereits versiert in der Kunst des Minigolfens war oder für wen es Neuland war, aber dies war eigentlich auch egal, denn alle hatten Spaß und unterstützten sich mit Tipps und Kniffen.

Nach 1 ½ Stunden war dann auch der letzte Ball geschlagen und Hunger machte sich breit.

Da wir eine recht große Gruppe waren, ließ das Essen leider sehr auf sich warten, doch es hat sich gelohnt. Alle waren zufrieden mit der getroffenen Auswahl des Essens und genossen es in vollen Zügen.

Frisch gestärkt und gleichzeitig müde machten wir uns dann wieder auf den kurzen Heimweg.... Es ist immer wieder schön mit euch und in Götterswickerhamm.

Alexandra Hönnekes



Die Ruhe vor dem Sturm



12 *Alle waren mit Feuereifer dabei*

Gründung einer Selbsthilfegruppe in Xanten zum Thema:

Borderline

Zwischen den Extremen – wenn die Emotionen Achterbahn fahren

In Xanten möchte sich eine Selbsthilfegruppe für (therapieerfahrene) Betroffene von Borderline gründen, in der jeder willkommen ist, der mit der Krankheit zu tun hat.

Menschen mit einer Borderline Störung leiden häufig unter extremen Stimmungsschwankungen, sind sehr impulsiv und haben Schwierigkeiten soziale und stabile Beziehungen zu führen. Ein geringes Selbstwertgefühl und die Angst verlassen zu werden bei gleichzeitiger Abwehr von zu viel Nähe ist ebenfalls charakterisierend für diese Art der Persönlichkeitsstörung.

Der Besuch einer Selbsthilfegruppe kann sehr entlastend und bereichernd sein, ist jedoch kein Ersatz für eine medizinische oder therapeutische Behandlung.

Die Selbsthilfegruppe wird sich einmal monatlich in Xanten treffen.

Die Selbsthilfe- Kontaktstelle möchten Borderline- Erkrankten Mut machen ohne Angst vor Unverständnis sich mit anderen Betroffenen zu treffen und im Rahmen einer Selbsthilfegruppe die Gelegenheit geben, sich über ihre Situation auszutauschen und gemeinsam Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Ab Januar 2024

jeden 3. Mittwoch um 19.00 Uhr in Xanten

Interessierte wenden sich bitte an die Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel,
Telefon: 02841 90 00 16 oder
per Mail unter selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org

Wir freuen uns auf Sie!

Der Blick über den Tellerrand



Bernadett Szücs, Katrin Simons, Lambert Simons, Mechthild Jansen, Martina Oltmanns, Katharina Hütten, Marc Diek
Fotos: Kati Jörg

Am 12. September 2023 hat das Team des Café Vesalia im Rahmen der arbeitsbegleitenden Maßnahmen einen Ausflug zum Ziegenpeter (direkt am Rhein) nach Duisburg angeboten.

Der Ziegenpeter ist ebenfalls ein inklusiv arbeitendes Café/Restaurant, in dem Menschen mit und ohne Handicap sich um das Wohl der Gäste kümmern.

Nachdem es in den frühen Morgenstunden stark geregnet hatte, lichteteten sich auf der Fahrt dorthin die Wolken und die Sonne schien nur für uns.

Wir waren sieben Beschäftigte und zwei Mitarbeiter*innen vom Service-Team.

Nach vorheriger Anmeldung war alles liebevoll für uns hergerichtet.

Die dortige Leiterin gab uns einen Überblick über deren Arbeitsweise und stand für allerlei Fragen zu unserer Verfügung. Wir konnten die dort angebotenen Speisen kennenlernen und haben die Karte einmal rauf und runter probiert.

Es war für uns alle ein sehr schöner Tag und wir konnten viele neue Eindrücke und Anregungen mitnehmen.

Annette Fehr







Reges Treiben im Wohnraumteam...

Das hat richtig viel Spaß gemacht!

Da waren sich alle Klient*innen einig nach der getanen Arbeit, die am Wochenende als Teamarbeit in den Räumlichkeiten des Wohnraumteams erledigt wurde. Am Samstag stand zunächst das Aufbauen der gelieferten Möbel an, die als große Pakete geliefert wurden. Nachdem die Aufbauanleitung intensiv studiert worden war, wurden die einzelnen Teile ausgepackt und laut der Aufbauanleitung bereitgelegt. Im Anschluss daran wurden dann gemeinsam die Möbel fachmännisch aufgebaut.

Natürlich wurden die Sessel auf ihre Bequemlichkeit hin überprüft und für gut befunden. Auch die gelieferte Dartscheibe wurde kritisch begutachtet und von dem Wohnraumteam Dartmeister Herrn Jakobowski als wunderbar eingestuft. Er machte die anderen Klient*Innen darauf aufmerksam, dass die Dartscheibe nach den Regeln des Dartsport aufgehängt werden muss, in einer Höhe von 1,73 m.

Am Sonntag war es dann soweit und die ersten Plätzchen wurden in den Räumlichkeiten des Wohnraumteams gebacken. Auch diese Arbeit erfolgte als Teamarbeit.

Die Zutaten wurden nach Rezeptangaben in eine Schüssel gegeben und nachdem der Teig ordentlich durchgeknetet war, wurden die Plätzchen geformt und in den Ofen geschoben.

Als diese dann endlich fertig waren, wurden diese von den Anwesenden direkt probiert und alle waren sich einig, dass die Aktion unbedingt nochmals wiederholt werden muss unter dem Motto:

In der Weihnachtsbäckerei gibt's so manche Leckerei...

Fr.Kalinowski, Hr.Biesemann, Hr.Akil, Hr.Binder, Hr.Große Brinkhaus, Bilder: Hr.Große Brinkhaus



Weseler Kultur Nacht

Am 16. September 2023 haben wir wieder am Kunstmarkt der Weseler Kulturnacht auf dem Zitadellen Vorplatz teilgenommen.

Unsere Klient*innen hatten die Wochen davor schon fleißig gearbeitet und viele hübsche Dinge hergestellt, sodass wir eine Vielfalt an Produkten aus den Arbeitsbereichen Ton, Holz, Nähen und Papierwerkstatt anbieten konnten. Bei den Produkten ist zu sehen mit wie viel Herzblut, Kreativität und nicht zuletzt mit künstlerischen Talenten hier gearbeitet wurde.

Der Markt wird von uns schon lange im Vorhinein geplant und organisiert. Um einen schön gestalteten Verkaufsstand zu präsentieren, bedarf es einiger Vorbereitungen. So startete auch schon am Morgen ein Team zum Aufbau des Standes. Hier galt es den Pavillon, Tische und auch Beleuchtung aufzubauen. Gegen 14 Uhr begannen bereits die ersten Dekorationsarbeiten.

Hergestellte Dinge wurden aus den mitgebrachten Kisten ausgeräumt und möglichst repräsentativ aufgestellt. Dabei stieg die Vorfreude auf den Start der Kulturnacht. Wir waren gespannt, wie denn wohl unsere Sachen bei den Leuten ankommen.

Um 17 Uhr war dann der Markt eröffnet. Zunächst waren die Besucherzahlen noch verhalten, obwohl die wenigen Leute großes Interesse an unseren Sachen zeigten. Gegen Abend füllte es sich immer mehr und so entstand ein reges Treiben vor der Zitadelle. Am Abend waren die Stände beleuchtet und zauberten eine heimelige Atmosphäre.

Einige Besucher*innen aus der Tagesstätte kamen uns am Stand besuchen und freuten sich, wenn sie feststellen konnten, dass „ihr Werk“ schon verkauft wurde.

Mit fortlaufender Begeisterung wird wieder an schönen neuen Sachen gearbeitet, nach dem Motto „Nach dem Markt ist vor dem Markt“.

Bettina Becker



„Einsamkeit“

Der Bundesverband Angehörigen psychisch kranker Menschen (BapK) weist in seinem Rundbrief auf das Thema „Kompetenznetzwerk Einsamkeit“ hin:

Kompetenznetz Einsamkeit

„Das Kompetenznetz Einsamkeit (KNE) setzt sich mit den Ursachen und Folgen von Einsamkeit auseinander und fördert die Erarbeitung und den Austausch über förderliche und hinderliche Faktoren in der Prävention von und Intervention bei Einsamkeit in Deutschland. Dazu verbindet das KNE Forschung, Netzwerkarbeit und Wissenstransfer. Das Projekt hat zum Ziel, das bestehende Wissen zum Thema Einsamkeit zu bündeln, Wissenslücken zu schließen und gewonnene Erkenntnisse in die politische und gesellschaftliche Praxis einfließen zu lassen.

Mit der Angebotslandkarte unter:
<https://kompetenznetz-einsamkeit.de/>
werden bereits jetzt über 350 Angebote gegen Einsamkeit in Deutschland online dargestellt.

Jetzt scannen!



<https://kompetenznetz-einsamkeit.de/>

Interessierte haben so die Möglichkeit, passende Angebote in ihrer Umgebung zu finden und auszuwählen. Durch die Bündelung der vielfältigen Maßnahmen gegen Einsamkeit an einem Ort soll der Zugang zu Projekten und Initiativen, die Angebote anbieten für Menschen, die sich einsam fühlen, erleichtert werden. Dazu gehören unter anderem Mehrgenerationenhäuser, Besuchsdienste und offene Treffen.

Soziale Orte und Nachbarschaften bieten das Potential, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten und sich zu verbinden. Sie sind daher ein wichtiger Bestandteil der Vorbeugung und Linderung von Einsamkeit.“

Quelle und weitere Informationen unter
<https://kompetenznetz-einsamkeit.de/>

Für Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen gibt es bei Spix die Möglichkeit, sich mit anderen Angehörigen einmal im Monat auszutauschen.

Jeden 4. Donnerstag im Monat von 19.00 bis 20.30 Uhr trifft sich die Selbsthilfegruppe in den Räumen des SPZ Wesel, Kaiserring 16, 46483 Wesel.

Der Kontakt ist über die Selbsthilfekontaktstelle des Kreises Wesel unter **02841/9000-16** oder per Mail über selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org möglich.

Martin van Staa

Diagnose Depression und nun?

Zur Überbrückung oft monatelanger Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz bieten die Sozialpsychiatrischen Zentren (SPZs) im Kreis Wesel in Kooperation mit dem Bündnis gegen Depression und der BKK Novitas an den Standorten Wesel, Dinslaken und Moers 14-tägig stattfindende Erfahrungsgruppen für Menschen mit Depressionen an. Diese sind für die Teilnehmenden völlig kostenlos und dauern je Sitzung 120 Minuten.

In Gruppen von maximal 10 Teilnehmenden vermittelt eine Fachkraft in insgesamt 10 Sitzungen Wissen und Informationen über die Erkrankung Depression, deren Symptome und Auslöser und selbstverständlich stellt das Thema Hilfsangebote einen Hauptteil der Informationen dar. Hierbei gibt es neben Antidepressiva und psychotherapeutischen Angeboten noch viele weitere Möglichkeiten der Selbsthilfe.

Die Teilnehmenden tauschen sich in diesen Treffen über ihre individuellen Erfahrungen aus. Neben der klassischen Behandlung mit Antidepressiva und Psychotherapie klären die Erfahrungsgruppen auch auf über Möglichkeiten einer Reha-Maßnahme sowie über (teil)stationäre Behandlungsangebote. Auch der Umgang im Freundeskreis und auf der Arbeit sowie Rückfallprophylaxe und ein individueller Krisenplan sind hierbei wichtige Themeneinheiten.

Ziel ist es, jedem Teilnehmenden eine individuelle Perspektive zu vermitteln und den Umgang mit der Erkrankung zu erleichtern. Denn: Depressionen sind gut behandelbar!

Zugang zu diesem Angebot finden Sie über die SPZs in den o.g. Standorten, rufen Sie gerne einfach an! Nach einem individuellen, ca. halbstündigen Vorgespräch erhalten Sie Ihre Teilnahmetermine.

Durch die halboffenen Gruppenstrukturen ist ein kurzfristiger Einstieg durchgehend gewährleistet.

Die Gruppen finden unter der Woche abends von ca. 17-19 Uhr statt (Dinslaken und Moers) bzw. von 17:30-19:30 Uhr (Wesel).

Melanie Heming

Kontakt Daten Erfahrungsgruppen Depression:

Spix e.V. Frau Melanie Heming

AugustasträÙe 12
46483 Wesel
Montags, alle 14 Tage – in der
Zeit von 17:30 – 19:30 Uhr
Zentrale SPZ: 0281 – 16 333 17
oder Diensthandy:
0172 – 6 34 38 68

Caritasverband Moers-Xanten e.V. Frau Gabriele Klein

HaagsträÙe 26
47441 Moers
Mittwochs, alle 14 Tage – in der
Zeit von 17:00 – 19:00 Uhr
Zentrale SPZ : 02841 – 90 100
oder Büro: 02841 – 90 10 43

Caritasverband Moers-Xanten e.V. Herr Matthias Pauly

Duisburger SträÙe 101
im SPZ (Oscar Romero Haus)
46535 Dinslaken
Jeden 2. und 4. Dienstag des
Monats – in der Zeit von
17:00 – 19:00 Uhr
Dienstnummer: 0151 – 1222 1228



Betreutes Wohnen in Familien (BWF)

Fachtagung 2023 in Bern/Schweiz

Einmal im Jahr treffen sich die BWF- Teams aus dem deutschsprachigen Raum für eine mehrtägige Fachtagung. Gastgeber war in diesem Jahr das Team der WoBe AG in Bern in der Schweiz. Es galt für das Schweizer Team ein Tagungsprogramm für ca. 150 Teilnehmer*innen auf die Beine zu stellen, was den Kolleg*innen wunderbar gelungen ist.

In der Schweiz heißen die BWF-Teams allerdings Familienplatzorganisationen (FPO's).

Vieles ist im Umbruch und das BTHG (Betreuungs- und Teilhabegesetz) hat die Eingliederungshilfe in Deutschland „fest im Griff“. Und auch in der Schweiz gibt es rechtliche Veränderungen.

Veränderungen gibt es überall. Veränderungen sind notwendig, um nicht in einen Stillstand zu geraten. Sie sind notwendig, um Weiterentwicklung zu ermöglichen. Wenn man bedenkt, dass die UN Menschenrechtskonvention 2009 in Kraft und seitdem geltendes Recht in Deutschland ist, welches von allen staatlichen Stellen umgesetzt werden muss, so hat sich in den letzten 14 Jahren sicherlich einiges entwickelt, aber es gibt noch einiges mehr zu tun, damit die Ziele der Menschenrechtskonvention erreicht werden.

So stand die diesjährige Tagung auch unter dem Motto „Transformationen“. In vielen Vorträgen und Workshops sind wir der Frage nachgegangen, wo es auch im Betreuten Wohnen in Familien Veränderung braucht. Wie können wir dazu beitragen oder wo tragen wir

schon dazu bei, die Menschenrechte und vor allem die Rechte von Menschen mit Handicap umzusetzen? Wir haben viele Ideen mit nach Hause genommen und es ist noch einmal deutlich geworden, wie wichtig das BWF für Menschen mit Beeinträchtigung sein kann, um eine Teilhabe in der Gesellschaft zu erfahren. Und es könnte noch unterschiedlichere Formen des BWF geben.

Hier haben wir unserer Fantasie freien Lauf gelassen. Auch wenn immer wieder die Frage aufkam: Wie soll das finanziert werden? Ich bin mir sicher, dass wir auch da einen Weg finden werden. Wir müssen uns nur immer wieder vor Augen führen, dass die Menschenrechtskonvention kein Wunschzettel, sondern, wie oben beschrieben, geltendes Recht ist.

Petra Pilath



Meine Zeit in der Tagesstätte

Ich bin zurzeit in meinem dritten Ausbildungsjahr zur Ergotherapeutin. Die Ausbildung beinhaltet ein 10-wöchiges Praktikum im psychosozialen Bereich, das ich in der Spix Tagesstätte absolvieren durfte. Während meiner Zeit in der Tagesstätte konnte ich sehr viel lernen.

Ein Ziel der Tagesstätte ist es, den Klient*innen Qualitäten des täglichen Lebens zu vermitteln und dabei auf Ressourcen und Fähigkeiten der Klient*innen zurückzugreifen. Dies stimmt mit den Zielen der Ergotherapie überein.

Eine sehr alltagsnahe Betätigung der Besucher*innen der Tagesstätte ist das tägliche Kochen des Mittagessens. Jeden Tag gehen hierfür bis zu vier Klient*innen und einer Betreuer*in in die Küche. Ich habe ebenfalls mehrere Male mit kochen können. Ich fand es interessant, wie gut die Ergotherapeut*innen in diesem Setting arbeiten konnten.

Die Klient*innen hatten in der Küche einen Ort, an dem sie auf eine natürliche Art und Weise Fähigkeiten und Kompetenzen verbessern oder erlernen konnten. Soziale und emotionale Kompetenzen durch das Zusammenarbeiten mit Mitnutzer*innen und den Betreuer*innen, das Aushalten von Frustration, wenn etwas nicht klappt oder etwas Unerwartetes passiert und das Erleben eines Erfolgserlebnisses. Alltagskompetenzen durch das gemeinsame Einkaufen, der Prozess des Kochens, aber auch das Treffen von Entscheidungen.

Ich habe mich gefreut zu lernen, wie die Therapeut*innen und Fachkräfte die Nutzer*innen beobachteten und dadurch gezielt auf ihre Probleme eingehen konnten. Je nachdem, was das Problem war, konnte der Schwerpunkt der Aufgabe individuell angepasst werden. So konnte erreicht werden, dass zum Beispiel alle zusammen ein Gericht zubereiteten, und trotzdem alle ihr individuelles Ziel erreichen konnten.

Dies war allerdings nicht nur beim Kochen so, sondern auch in anderen Bereichen, wie zum Beispiel in der Papier- und Schreibwerkstatt und im kreativen Bereich.

Das Gelernte habe ich vor allem in der Backgruppe, die regelmäßig einmal die Woche stattfindet, anwenden können. Ich durfte die Gruppe selbst anleiten und konnte dadurch viele Erfahrungen sammeln.



Das Schönste des Praktikums war es für mich, zu sehen, wie Klient*innen immer weiter Fortschritte machten und auf ihre Ziele hinarbeiteten.

Zu beobachten, wie sie durch ergotherapeutische Maßnahmen immer selbstständiger und sicherer wurden, hat mich wirklich gefreut.

Lulu Fatark

Feier von Meilensteinen

10 Jahre Engagement und Teamgeist im Bewo plus Team von Spix

Gleich dreimal in kurzer Folge konnte das Bewo plus Team in diesem Jahr Dienstjubiläen feiern.

Angefangen hat es mit dem Teamleiter Jochen Ottmann, der seit dem 01.08.2013 erfolgreich das Bewo plus Team von Spix leitet.

Bianca Lütgenhaus-Koch hat vor 10 Jahren im Haus Alia ihren beruflichen Werdegang bei Spix begonnen und wechselte anschließend in das BeWo plus Team.

Susanne Schick ist seit dem 01.10.2013 ein Teammitglied im BeWo plus und seitdem bei Spix tätig.

Allen dreien gilt ein herzliches Dankeschön für die letzten 10 Jahre voller Engagement, Einsatz und Teamgeist! Es ist schön, dass ihr ein Teil der Spix-Familie seit (und jeden Quatsch mitmacht, auch an eurem Ehrentag).

Herzlichen Glückwunsch zu eurem 10jährigen Dienstjubiläum

Brigitte Langwald



Foto-Jochen: Annette Euwens, Foto-Bianca: Lars Köllken, Foto-Susanne: Lars Köllken

„Das jährliche Feuerschalenfest des WohnRaum-Teams“

Wie auch schon im vergangenen Jahr gab es Anfang November im Garten der Friedenstraße 80 das geplante Feuerschalenfest. In einer gemütlichen Runde von 8 Personen saßen wir gemeinsam am Feuer und aßen gut bürgerliches Essen. Auch das selbstgemachte Stockbrot durfte nicht fehlen.

Aber vor dem Vergnügen kommt zunächst die Arbeit. Wir spalteten zunächst Baumstämme und hackten das Holz klein.

Mit viel Mühe, Kraft und Spaß wurde die Arbeit mit Nudelsalat und warmen Getränken belohnt.

Das gemütliche Beisammensein, interessante Gespräche und der wohlwollende Sonnenschein rundeten den Vormittag ab.

Schön war's – bis nächstes Jahr.

Justin Kreis



20-jähriges Dienstjubiläum

Am 01. Oktober 2023 hat Andrea Wagmann ihr 20-jähriges Dienstjubiläum bei Spix gefeiert. D.h. gefeiert haben wir es mit Andrea etwas später, bei einem gemütlichen Frühstück im Freddo auf Einladung der Geschäftsführung, mit dem Tagesstätten-Team und unserer Fachbereichsleitung Michaela Jöhren-Bauer.

Aber auch am Tag des Jubiläums wurde Andrea Wagmann mit Glückwünschen gesegnet. Mit vielen bunten Blumen und anderen kleinen Geschenken wurde sie an ihrem Jubiläumstag von den Klient*innen und Kolleg*innen überrascht.

Andreas Werdegang begann bei Spix am 01.10.2003 als diplomierte Sozialarbeiterin. Zunächst mit Tätigkeiten als pädagogische Fachkraft in der Tagesstätte und in der Beratung. (Damals noch KBZ = Kontakt- und Beratungszentrum). Dann wollte sie sich nur noch auf die Tagesstätte konzentrieren. Aber das Projekt „Verrückt! Na und...“, das Andrea dann letztendlich bei Spix aufgebaut hat, hat sie dann doch noch mal zweigleisig fahren lassen.

Ihr Herz hat Andrea ans Kochen verloren. Eine gesunde, ausgewogene Ernährung, immer frisch zubereitet, liegt ihr besonders am Herzen und dies hat sie auch den Kolleg*innen und Klient*innen näher bringen können. Nicht immer ganz einfach mit Kolleg*innen, die eine Vorliebe für klassische Hausmannskost und teilweise auch Fast Food haben. Deshalb gibt es in der Tagesstruktur auch selten „nur lecker“. „Gesund und lecker“ ist die Maxime.

Aber auch Gesellschaftsspiele liegen ihr sehr am Herzen. Und jeder Mensch, der die Tagesstruktur mal an einem Spielenachmittag besucht hat, wird um das Spiel „Dixit“ nicht herumgekommen sein.

Ein Teil, von dem, was Andrea ausmacht, ist, dass sie ihre Ziele nie aus den Augen verliert und vor allem auch nicht die Menschen, die die Tagesstruktur besuchen.

Herzlichen Glückwunsch Andrea

Petra Pilath



TEILEN, VERNETZEN UND GEMEINSAM STÄRKEN!

SPIX e.V. bietet wertvolle Unterstützung für Menschen mit seelischem Handicap. Bleiben Sie über Veranstaltungen und Neuigkeiten auf dem Laufenden, indem Sie uns auf Facebook und Instagram folgen.

Bericht von der Ferienfreizeit vom 04.09.2023 bis zum 08.09.2023 im Landal Beach Resort Julianadorp



Dünenlandschaft
Fotos: Christoph Bleschke



Vanessa Wissink



Amoah Mensah, Ludmilla Urroh

Julianadorp ist eine wunderschöne Landschaft und auf jeden Fall eine Reise wert. Das Ferienhaus, in dem wir 5 Tage wohnten, war von der Ausstattung her top möbliert und sah auch von der Innen- und Außeneinrichtung her sehr schön aus. Das Einzige, was sehr spärlich eingerichtet war, waren die Zimmer. Ein Holzschrank mit lediglich zwei Fächern und das für zwei Personen ist für 5 Tage zwar machbar, aber nicht für einen längeren Zeitraum, wie 2 Wochen oder mehr.

Die Anlage an sich hat viel zu bieten. Von einem Schwimmbad mit Whirlpool, bis zu ein paar Bowlingbahnen und einem riesigen Golfplatz, mit dem man sich den Tag verschönern kann. Man kann auch von den Ferienhäusern zum Strand zu Fuß laufen, was bei Hitze allerdings anstrengend sein kann, da der Weg keinen Schatten beinhaltet und es bergauf durch die Dünen geht. Außerdem dauert es ca. 20 Minuten, wenn man zügig läuft.

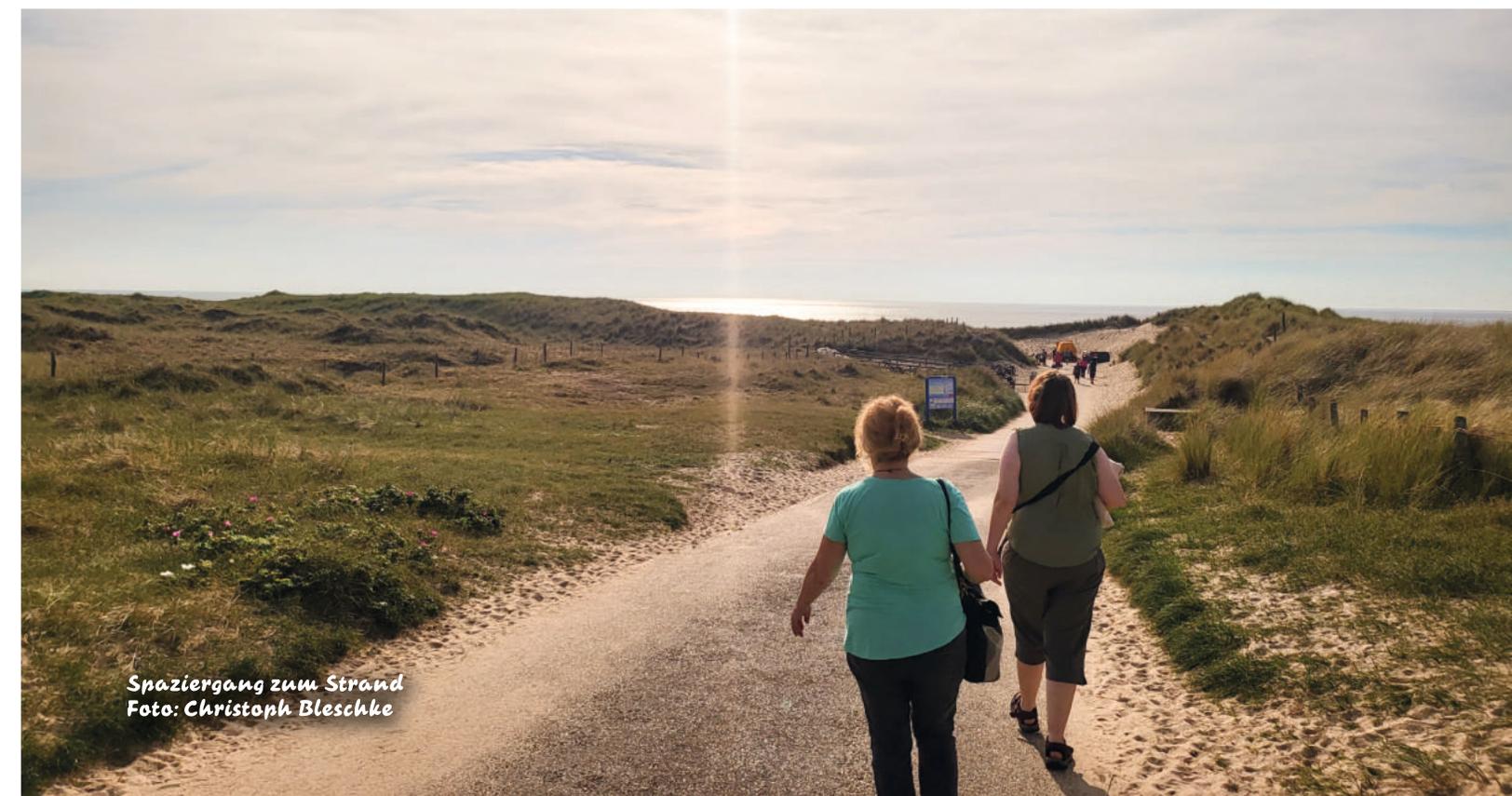
Es gibt aber auch die Möglichkeit, mit dem Auto unterhalb der Dünen auf einem Parkplatz zu parken.

So spart man sich die Hälfte der Zeit und eine Menge Energie. Der Park bietet auch einen Fahrradverleih an. Ein normales Fahrrad mit 7 Gängen kostet 12,50 € am Tag. Falls man eine längere Tour durch das Dorf und die Landschaft plant, ist das eine willkommene Alternative. Außerhalb des Parks hat man die Möglichkeit in dem Ort Den Helder das „Marinemuseum“ zu besuchen oder in der Innenstadt einkaufen zu gehen. Beide sind mit dem Rad und dem Auto sehr gut zu erreichen.

Julianadorp hat auch eine eigene kleine Einkaufspassage, die mit dem Auto ca. 15 Minuten vom Ferienhaus entfernt ist. Sie ist zwar recht überschaubar, aber man hat trotzdem eine Vielfalt an verschiedenen Geschäften und Möglichkeiten seinen Tag dort zu verbringen.

Alles in allem kann ich Julianadorp nur sehr empfehlen, da man sich super entspannen kann, aber es dank der unzähligen Möglichkeiten, die man im Umkreis hat, auch niemals langweilig wird.

Vanessa Wissink





Von links nach rechts
Anita Wildförster, Melanie Gonzalez, Matthias Borgmann Margret Sanders
Foto: Uschi Grolmus

Erfolgreicher Abschluss: Anita Wildförster und Matthias Borgmann als neue FAB-Fachkräfte im Franz Sales Haus

Glückwünsche an unsere zwei neuen Fachkräfte für Arbeits- und Berufsförderung (FAB) in der Werkstatt

Hiermit möchten wir nochmal auf diesem Weg unseren zwei Absolventen, Anita Wildförster und Matthias Borgmann, zur abgeschlossenen Weiterbildung als Fachkraft für Arbeits- und Berufsförderung (FAB) gratulieren. Vor 2 Jahren haben sie diese begonnen und am 02. Juni 2023 erfolgreich im Franz Sales Haus in Essen abgeschlossen.

Neben der Arbeit, Familie und einigen Stunden, in denen ihr lernen musstet, war es sicherlich nicht immer so einfach, alles unter einen Hut zu bekommen. Umso stolzer könnt Ihr auf euren Abschluss sein, den Ihr mit Bravour bestanden habt!

Ebenso möchten wir uns bei unseren beiden Mentoren, Beate Münzner und Uwe Ehringfeld, für ihre tatkräftige Unterstützung der beiden während ihrer Weiterbildung bedanken.

Herzlichen Glückwunsch.

Melanie Gonzalez



Erster Meilenstein für unsere Absolventen
Foto: Beate Münzner



Von links nach rechts
Matthias Borgmann und Anita Wildförster
Foto: Uwe Ehringfeld



DIE TAGESSTRUKTUR AM KAISERRING VERLÄNGERT IHRE ÖFFNUNGSZEIT AM FREITAG

Menschen mit einer psychischen Erkrankung haben bei uns die Möglichkeit durch die Beschäftigung in den verschiedenen Arbeitsbereichen der Einrichtung, ihre Tagesstruktur sinnvoll zu gestalten.

An Arbeitsbereichen bieten wir die Cafeteria, die Papier- und Schreibwerkstatt, die Töpferwerkstatt und die Holzwerkstatt an, zusätzlich findet einmal pro Woche am Vormittag ein Backangebot statt. Die Beschäftigung im geschützten Rahmen der Tagesstruktur bietet unseren Klient*innen die Möglichkeit und die Sicherheit Unbekanntes auszutesten, die eigenen Grenzen zu erkennen und zu wahren, und sogar auch manchmal über sich selbst hinauszuwachsen.

Unsere Öffnungszeiten waren bisher von Montag bis Donnerstag von 8.30 Uhr bis 15.00 Uhr und am Freitag von 8.30 Uhr bis 14.00 Uhr.

Besuchen kann man uns mindestens dreimal pro Woche von 8.30 Uhr bis 15.00 Uhr, oder 8.30 Uhr bis 12.00

Uhr oder 12.00 Uhr bis 15.00 Uhr, freitags war bisher nur der Vormittag möglich.

Um unseren „Spätaufstehern“ künftig die Möglichkeit anzubieten, die Tagesstruktur auch an einem Freitagnachmittag besuchen zu können, ist die Tagesstruktur am Kaiserring ab dem 01.01.2024 auch am Freitag von 8.30 Uhr bis 15.00 Uhr geöffnet.

Andrea Wagmann | Fotos: P.Pilath

Öffnungszeiten ab dem 1. Januar 2024:

**Montag bis Donnerstag:
8:30 Uhr bis 15:00 Uhr**



Spix-Nutzersprecher*innen



Werkstattatrat:

Tel.: 0172 - 386 90 07
werkstatttrat@spix-ev.de



Christine Galler



Jörg Wedel

Frauenbeauftragte:

Tel.: 01520 - 262 20 42



Angela Bestier



Veronica Scheibner

Bewohnerbeirat:

Tel.: 0281 - 95 99 17 - 0



Birgit van der Leest



Viktor van Dyck



Gruppenangebote

Bitte erfragen Sie vorher bei den Ansprechpartner*innen, ob aktuell Treffen stattfinden.



Selbsthilfegruppen in Wesel Kaiserring 16 46483 Wesel

Angehörigengruppe

i.d.R. jeden 4. Donnerstag im Monat 19.00 – 20.30 Uhr
Kontakt über Selbsthilfekontaktstelle: 02841 - 900016

Selbsthilfegruppe für Spieler

Jeden Montag im Monat von 19.00 – 21.00 Uhr
Infos unter: 0162 - 9330941 Bodo;
0173 - 8515466 Andreas
shg-wesel@gmx.de

Selbsthilfegruppe Borderline

Jeden 4. Montag im Monat von 17 – 18.30 Uhr
Infos unter: 02841 - 900016

Selbsthilfegruppe „Hoffnungsschimmer“ [Depressionen / Ängste]

Dienstags, 19.30 – 21.30 Uhr
Für Neueinsteiger jeden 1. Dienstag im Monat
Infos unter: 0281 - 44289055
Internet: www.shg-hoffnungsschimmer.de
Email: info-selbsthilfegruppe-wesel@t-online.de

Selbsthilfegruppe „Das Ohr“ [Ängste / Depressionen]

Donnerstags, 19.00 – 21.00 Uhr
Infos unter: 0163 - 1875000 (Roland Stevens)
Mail: hallo@dasohr-wesel.de
Internet: www.dasohr-wesel.de

Selbsthilfegruppe HSP [Hochsensible]

Montag 14 tägig von 18.00 - 19.30 Uhr
Infos über die Selbsthilfekontaktstelle Moers: 02841 - 9000-16

Selbsthilfegruppe Kontaktabbruch zu den Eltern

Jeden 4. Mittwoch im Monat ab 18 Uhr
Kontakt über die Selbsthilfekontaktstelle:
02841 - 9000-16

Frauen für ein suchtfreies Leben e.V.

1.+ 3. Mittwoch/Monat von 19-21 Uhr
Infos unter: 0163/6972832 oder
www.frauen-fuer-ein-suchtfreies-leben.de

Selbsthilfegruppen in Xanten Marsstraße70, 46509 Xanten

Adipositas Selbsthilfegruppe

Jeden 2. Dienstag im Monat
19.00 – 21.00 Uhr
Infos unter: 02802 - 9589489 Frau Ritter

Selbsthilfegruppe Bipolar Erfahrene und Angehörige

Jeden 1. Donnerstag im Monat
20.00 – 21.30 Uhr
Infos über die Selbsthilfekontaktstelle Moers:
02841 - 9000-16

Sucht-Selbsthilfegruppe „Hoffnung e.V.“

Jeden Freitag
19.00 – 21.00 Uhr
Infos unter: 02801 - 70122 Frau Kalisch

Elternkreis für Eltern von anorektischen Kindern

Jeden 1. Montag im Monat
19.00 – 20.30 Uhr
Infos über die Selbsthilfekontaktstelle Moers:
02841 - 9000-16

Gesprächsgruppe für Ängste und Depressionen

Jeden Mittwoch
10.00 – 11.00 Uhr
Infos über Spix e.V. 02801 - 6611 Frau Pohler, Frau Walbrecht

SPZ Wesel

Kaiserring 16
46483 Wesel
Telefon 0281 - 16 33 317

Treffzeiten:

Montag: 15.00 – 18.00 Uhr
Dienstag: 15.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag: 15.00 – 19.00
Wochenende & Feiertage:
11.00 – 15.00 Uhr aber nur nach Ankündigung

Gesprächsgruppe Wesel

Termine nach Absprache
Martin van Staa: 0281 - 16 33 317

Einzelberatung:

Martin van Staa: 0281 - 16 33 317 m.vanstaa@spix-ev.de
Vera Pohler: 0173 - 70 09 085 v.pohler@spix-ev.de
Isabell Janzen: 0173 - 16 96 430 i.janzen@spix-ev.de

SPZ Xanten

Marsstraße 70
46509 Xanten
Telefon 02801 - 66 11

Treffzeiten:

Donnerstag: 09.30 – 13.30 Uhr

Wochenenden und Feiertage:

Nach Ankündigung

Gesprächsgruppe Xanten

Jeden 1. Montag im Monat von 15.30-17.00 Uhr und
Jeden 3. Montag im Monat von 17.00-18.30 Uhr

Einzelberatung:

Sonja Walbrecht: 02801 - 66 11 s.walbrecht@spix-ev.de
Vera Pohler: 0173 - 70 09 085 v.pohler@spix-ev.de

Impressum

Herausgeber:

Spix e.V.
Kaiserring 16
46483 Wesel

Verantwortlich:

Klaas Wagner

Redaktionsleitung:

Kathrin Lemmen

Redaktionsteam:

Alexandra Hönnekes
Petra Pilath
Silke Burmeister
Nicole Frasa
Melanie Gonzalez

Layout & Gestaltung:

Sascha Hübers

Druck:

Flyeralarm

Auflage & Erscheinungsweise:

1000 Exemplare
erscheint vier Mal im Jahr

Wir drucken klimaneutral.

Ihre Meinung ist uns wichtig!

Haben Sie Anregungen, Lob oder Kritik?
Wir veröffentlichen gerne Ihre Leserbriefe oder
nehmen Ideen für künftige Ausgaben auf.

Senden Sie einfach eine Mail an:
k.lemmen@spix-ev.de

Kontakt Daten

Geschäftsführer: 0281 - 16 33 311
Klaas Wagner *k.wagner@spix-ev.de*

Kaufmännischer Leiter: 0281 - 319285164
Marcel Sassenberg *m.sassenberg@spix-ev.de*

Sekretariat: 0281 - 16 33 30
Karin Weis *k.weis@spix-ev.de*

Gemeindepsychiatrische Dienste

Fachbereichsleiterin: 0281 - 15 49 07 79
Michaela Jöhren-Bauer *m.joehren@spix-ev.de*

Sozialpsychiatrisches Zentrum

Kaiserring 16, 46483 Wesel

Ansprechpartner: 0281 - 16 33 317
Martin van Staa *m.vanstaa@spix-ev.de*

Marsstraße 70, 46509 Xanten

Ansprechpartner: 02801 - 66 11
Sonja Walbrecht *s.walbrecht@spix-ev.de*

Tagesstätte

Kaiserring 16, 46483 Wesel

Leitung Tagesstruktur: 0281 - 16 33 313
Petra Pilath *p.pilath@spix-ev.dee*

Betreutes Wohnen (BeWo)

Augustastr. 12, 46483 Wesel

Teamleitungen: 0281 - 15 49 070
Carolin Hadder *c.hadder@spix-ev.de*
Kathrin Lemmen *k.lemmen@spix-ev.de*

Team Xanten (BeWo)

Marsstraße 70, 46509 Xanten

Teamleitung: 02801 - 98 81 641
Selina Villbrandt *s.villbrandt@spix-ev.de*

Betreutes Wohnen in Familien (BWF)

Kaiserring 16, 46483 Wesel

Leitung BWF: 0281 - 16 33 316
Petra Pilath *p.pilath@spix-ev.de*

Praxis für Ergotherapie

Viktoriastraße 10, 46483 Wesel

Leitung: 0281 - 47 36 78 55
Achim Rosen *ergo@spix-ev.de*

Besondere Wohnformen und Reha-Zentrum

Fachbereichsleiterin: 0281 - 95 99 171
Brigitte Langwald *b.langwald@spix-ev.de*

Haus Vivaldi

Friedenstraße 46, 46485 Wesel

Teamleitung: 0281 - 95 99 170
Ann-Kathrin Feldmann *a.feldmann@spix-ev.de*
Carina Mündges *c.muendges@spix-ev.de*

Besondere Wohnformen und Reha-Zentrum

WohnRaum-Team

Teamleitung: 0281 - 31 92 85 268
Nurcan Tagay *n.tagay@spix-ev.de*

Haus Alia und Clarenbachstraße

Salzwedeler Str. 23 und Clarenbachstr. 73-75,
46485 Wesel

Teamleitung: 0281 - 95 99 160
Franz Niederstrasser *f.niederstrasser@spix-ev.de*

Haus Castanea

An der Herz-Jesu-Kirche 4-6, 46483 Wesel

Teamleitung: 0281 - 16 33 806
Anke Meurs *a.meurs@spix-ev.de*

Betreutes Wohnen plus (BeWo plus)

Bocholter Str. 10, 46487 Wesel

Teamleitung: 0281 - 31 92 85 156
Jochen Ottmann *j.ottmann@spix-ev.de*

Reha-Zentrum

Friedenstr. 46, 46485 Wesel

Teamleitung: 0281 - 95 99 188
Alexandra Hönnekes *a.hoennekes@spix-ev.de*

Fachbereich Arbeit

Fachbereichsleiterin: 0281 - 319 28 51 20
Margret Sanders *m.sanders@spix-ev.de*

Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM)

Bocholter Str. 8, 46487 Wesel

Zentrale/Verwaltung: 0281 - 31 92 85 100

Werkstattleiterin: 0281 - 31 92 85 120

Melanie Gonzalez Rodriguez *m.gonzalez@spix-ev.de*

Aufnahmeanfragen: 0281 - 31 92 85 124
Beate Münzner *b.muenzner@spix-ev.de*

Fahrrad-Station Gleis 31

Franz-Etzel-Platz 11, 46483 Wesel *gleis31@spix-ev.de*

Café Vesalia

0281 - 47 36 4388
Dinslakener Landstraße 5, 46483 Wesel

Filiale Emmerich

02822 - 69 69 651
Arnheimer Straße 42, 46446 Emmerich

Grünpflege und Friedhofsgärtnerei

0281 - 286 00
Caspar-Baur-Str. 20, 46483 *gruenpflege@spix-ev.de*

Integrationsfachdienst (IFD) Wesel

Augustastr. 12, 46483 Wesel 0281 - 16 46 810
christel.erdmann@ifd-wesel.de

IFD Rheinberg

0281 - 31 92 85 254
Orsoyer Straße 6, 47495 Rheinberg

Betriebsrat

Kaiserring 16, 46483 Wesel

Vorsitzender: 0281 - 16 33 317
Martin van Staa *m.vanstaa@spix-ev.de*



Kostenlose Vereinszeitschrift für alle Interessierten



Alle Ausgaben auch unter www.spix-ev.de