

Neues aus dem Tageszentrum

Liebe Besucherinnen und Besucher,

ein kleiner Gruß zum Nachdenken:

„Der November ist der Monat, in dem die Seele beginnt, sich auf den Winter vorzubereiten – eine Zeit der Reflexion und des Innehaltens.“

Im Monat November rückt die vorweihnachtliche Stimmung immer mehr in den Vordergrund. Auch dieses Jahr dürfen wir wieder am Weihnachtsbasar im Stadtmuseum unsere handgefertigten Kreationen verkaufen. Wir freuen uns, wenn Sie uns bei den Bastelaktionen oder auch im Verkauf unterstützen!



Das Tageszentrum hat sich auch im November wieder einiges für Sie einfallen lassen. Ein Filmnachmittag im Bürgerhaus, ein Töpferkurs im G6 und ein toller Freitagausflug stehen auf dem Programm.

Natürlich möchten wir Sie auch nochmals an das 35. Bestehen der Beratungsstelle für psychische Gesundheit erinnern. Dazu laden wir Sie gerne zum Festvortrag mit dem Thema „Dem Gehirn Beine machen – wie Bewegung Psyche und Geist gesund hält“ ein. Die Feierlichkeiten finden am 14. November ab 18:00 Uhr im Klostersaal in Neumarkt statt. Der Eintritt ist frei. Das Team des Tageszentrums würde sich zudem über fleißige Helfer zum Herrichten und Aufbauen der Feier freuen!

Wir hoffen, dass auch im neuen und vielfältigen Monatsprogramm wieder etwas Passendes für Sie dabei ist. Bei Fragen oder Anregungen stehen wir Ihnen gerne telefonisch oder persönlich zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Viele Grüße - Ihr Team des Tageszentrums

Monatsprogramm November 2024

Tageszentrum – Treffpunkt für Menschen, die mit einer psychischen Erkrankung leben
Friedenstraße 33, 92318 Neumarkt
Tel. 09181 – 464 00

Freitag	01.11.2024		Allerheiligen - TGZ geschlossen
Montag	04.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		13:30-15:00	Linoldruck – Gestalte deine eigenen Karten
		15:30-17:00	Offene Kontaktgruppe
Dienstag	05.11.2024	15:30-17:00	Malen mit unterschiedlichen Techniken
Mittwoch	06.11.2024	11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		13:30-15:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung, Weihnachtsgeschenke für Diakonie-Mitarbeiter gestalten
		14:45-15:30	Walken
		15:30-17:00	Offene Kontaktgruppe
Donnerstag	07.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung, Weihnachtsgeschenke für Diakonie-Mitarbeiter gestalten
		08:30-10:00	Gartenarbeit im Martin-Schalling-Haus
		11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		15:00-16:30	Ausstellung „Gesichter des Friedens“ im Bürgerzentrum
		15:00-16:30	Gedächtnistraining
Freitag	08.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		10:00-11:30	Männerschwimmen
		14:00-15:00	Sport im Turnerheim: Zirkeltraining
Montag	11.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		13:30-15:00	Gymnastik im Sitzen
		15:30-17:00	Offene Kontaktgruppe
Dienstag	12.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		15:30-17:00	Malen mit unterschiedlichen Techniken
Mittwoch	13.11.2024	11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		13:30-15:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung, Weihnachtsgeschenke für Diakonie-Mitarbeiter gestalten
		14:45-15:30	Walken
		15:30-17:00	Offene Kontaktgruppe
Donnerstag	14.11.2024		TGZ von 12:00-14:00 Uhr geöffnet
		12:30-14:00	Die letzten Vorbereitungen, wir helfen mit - 35 Jahre Beratungsstelle für psychische Gesundheit
		15:00-16:30	Aufbau SPDI Jubiläum im Klostersaal
		18:00-20:00	SPDI Jubiläum – Vortrag: Dem Gehirn Beine machen
Freitag	15.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		12:30-14:00	Filmnachmittag im Bürgerhaus, Romanze/Komödie: Chocolat – ein kleiner Biss genügt
Montag	18.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		13:30-15:00	Plätzchen backen
		15:30-17:00	Offene Kontaktgruppe
Dienstag	19.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		13:00-14:30	Traumreise und Entspannungsübungen
		14:45-16:45	Malen mit unterschiedlichen Techniken
Mittwoch	20.11.2024		Buß- und Betttag -TGZ geschlossen
Donnerstag	21.11.2024	08:30-10:00	Gartenarbeit im Martin-Schalling-Haus

		09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung, Weihnachtsgeschenke für Diakonie-Mitarbeiter gestalten
		11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		15:00-16:30	Gedächtnistraining
		15:00-16:30	Plätzchen backen
Freitag	22.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		12:00-13:30	Handarbeitsgruppe
		14:00-15:00	Turnerheim: Ballspiele
Montag	25.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung, Weihnachtsgeschenke für Diakonie-Mitarbeiter gestalten
		11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		13:30-14:30	Singgruppe
		15:00-15:30	Vorbereitungen für die weihnachtlichen Köstlichkeiten
		15:30-17:00	Offene Kontaktgruppe mit süßen, weihnachtlichen Köstlichkeiten
Dienstag	26.11.2024	09:00-10:30	Töpferkurs im G6 (Kosten: 7,50€) Teil 1 von 2
		09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung, Weihnachtsgeschenke für Diakonie-Mitarbeiter gestalten
		13:00-14:30	Wir gestalten Weihnachtsgestecke
		14:45-16:45	Malen mit unterschiedlichen Techniken
Mittwoch	27.11.2024	11:30-12:30	Gemeinsames Mittagessen im TGZ
		12:30-13:30	Hygieneschulung für Köche, Bäcker und alle Küchenhelfer
		13:30-15:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung, Weihnachtsgeschenke für Diakonie-Mitarbeiter gestalten
		14:45-15:30	Walken
		15:30-17:00	Offene Kontaktgruppe
Donnerstag	28.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung, Weihnachtsgeschenke für Diakonie-Mitarbeiter gestalten
		09:30-10:30	Bewegungsgruppe im G6
		11:30-12:30	Monatskracher: Schweinebraten mit Knödel für 4 €, Anmeldung bis zum Freitag, den 22.11.24
		15:00-16:30	Gedächtnistraining
		15:00-16:30	Weihnachtsmarktbesuch
Freitag	29.11.2024	09:30-11:00	Arbeitsähnliche Tätigkeiten+ individuelle Beschäftigung
		16:00-19:00	Wir erkunden Parsberg – Anschließend geht es um 17:30 Uhr zum Weihnachtsmarkt auf die Burg
Sonntag	01.12.2024	14:45-16:30	Eröffnung der begehbaren Krippe am Residenzplatz

Arbeitsähnliche Tätigkeiten: Kochen, Backen, Verpackungsarbeiten, Gartenarbeit, Grußkartenfertigung und andere kreative Arbeiten

Individuelle Beschäftigung: Wir passen das Angebot an Ihre Bedürfnisse an und haben ein breites Spektrum an weiteren Beschäftigungsmöglichkeiten in den Bereichen Kreativität, Konzentration, sonstige Hobby- und Freizeitgestaltung.

Eine Anmeldung ist für alle Angebote außer für die offenen Kontaktgruppen am Montag und Mittwoch im TGZ erbeten. Das Mittagessen to-go, sowie die Teilnahme am Mittagessen im Tageszentrum sind nach Voranmeldung bis 9:30 Uhr möglich. Wer das Tageszentrum kennenlernen möchte, kann einen Kennenlern-Termin vereinbaren. Weitere Informationen können Sie gerne telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch erhalten. Ergänzungen zum Monatsprogramm und evtl. Änderungen werden im Tageszentrum bekannt gegeben.

Festvortrag

**14. November 2024
18:00 Uhr – Eintritt frei!**

35 Jahre Beratungsstelle für psychische Gesundheit

Dem Gehirn Beine machen – wie Bewegung Psyche und Geist gesund hält.

Referent:

**Prof. Dr. med. Dipl. Psych. Frank Erbguth
Präsident der Deutschen Hirnstiftung**

In der Wissenschaft bestehen keine Zweifel, dass Bewegung gut für die Gesundheit unseres Gehirns ist. Das gilt sowohl für die Vorbeugung als auch für die Therapie neurologischer und psychischer Erkrankungen.

Dennoch erreichen fast 50% der Deutschen nicht die empfohlene Mindestanforderung an körperlicher Aktivität. Der Vortrag fasst den Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse zusammen und zeigt Wege auf, wie man an seiner Motivation für mehr Bewegung arbeiten kann.

**Veranstaltungsort:
Klosterraum Neumarkt
Kapuzinerstr. 5
92318 Neumarkt**

Psychische Gesundheit geht uns alle an. Helfen Sie uns, damit wir weiterhin helfen können! Wir freuen uns über Spenden im Rahmen der Veranstaltung.



DAS TGZ PRÄSENTIERT DEN

FILM

“CHOCOLAT”
- Ein kleiner Biss genügt -
eine romantische Komödie

FREITAG, 15. NOVEMBER 2024
UM 12:30 UHR IM
BÜRGERHAUS
- EINTRITT FREI -



PARSBERGER BURGWEIHNACHT

Wir erkunden das schöne Städtchen Parsberg und gehen anschließend auf den romantischen Weihnachtsmarkt.

Treffpunkt: 16:30 Uhr Parkhaus Hohenfelderstraße in Parsberg
(gute Parkmöglichkeiten)

Wir machen einen Spaziergang durch die Altstadt Parsberg und gehen gegen 17:30 Uhr zur feierlichen Eröffnung der Parsberger Burgweihnacht. Dort können wir die weihnachtliche Stimmung genießen und uns kulinarisch verwöhnen lassen.

Abfahrt: gegen 18:30 Uhr.

FREITAG, 29.11.2024



Tageszentrum



Speiseplan

45.KW – vom 04.11.bis 08.11.2024

Montag, den 04.11.2024	Bunte Reissuppe Spaghetti mit Tomatensoße
Dienstag, den 05.11.2024	Camembert mit Preiselbeeren und Kartoffelpüree
Mittwoch, den 06.11.2024	Nudelauflauf mit Schinken Ei und Sahne
Donnerstag, den 07.11.2024	Fleischkühlein mit Kartoffeln und Bratensoße
Freitag, den 08.11.2024	Kein Essen

**Dank einer Spende der Michael und Waltraud Fuchs Stiftung kann unser Mittagessen für 3,50 Euro vergünstigt angeboten werden. Die Speisepläne für den restlichen Monat können Sie bei uns im Tageszentrum abholen.
Kuchen zum Mitnehmen für 1,30 Euro pro Stück.**

Änderungen vorbehalten

Enthaltene Zusatzstoffe und Allergene sind im Infoblatt aufgeführt.

Tageszentrum der Diakonie NAH e.V.

**Treffpunkt für Menschen, die mit einer psychischen Erkrankung leben
Friedenstrasse 33, 92318 Neumarkt, Tel.: 09181 - 46 400**

Herausgeber

Tageszentrum der Diakonie NAH e.V.

Treffpunkt für Menschen, die mit einer psychischen Erkrankung leben

Friedenstraße 33, 92318 Neumarkt

Telefon 09181-46 400

Rechtsträger

Diakonie NAH e.V.

Nikolaus-Selnecker-Platz 2

91217 Hersbruck