



**WIR SIND • UNTERSTÜTZER\*INNEN • HELFER\*INNEN • FAMILIE • BRÜDER • SCHWESTERN • HELD\*INNEN OHNE CAPE • MITARBEITER\*INNEN • ZUHÖRER\*INNEN • SEELSORGER\*INNEN • KINDER • MÜTTER • VÄTER • GEMEINSCHAFTLICH • SOZIAL • DIVERS • SCHWARZ • WEISS • ARM • REICH • DICK • DÜNN • KÄMPFER\*INNEN • EIGENBRÖTLER\*INNEN • SCHULABBRECHER\*INNEN • STUDENT\*INNEN • CHEF\*INNEN • ARBEITSLOSE • BERUFS-TÄTIGE • DEPRESSIV • EINSAM • GRAUE MÄUSE • INTROVERTIERT • EXTROVERTIERT • ALLEINERZIEHER\*INNEN • QUEER PEOPLE • OPFER • SCHRÄG • COOL • BESSERWISSE\*INNEN • SCHEIDUNGS-KINDER • EINWANDERER • SCHÖN • MENSCHEN**



Umgesetzt durch Psychosoziales Netzwerk

**Kapellenweg 5, 8750 Judenburg**  
**T 03572 / 83 657**  
**E ts.ju@psn.or.at**  
**W www.psn.or.at**

**Bahnstraße 4, 8720 Knittelfeld**  
**T 03512 / 82 966**  
**E ts.kf@psn.or.at**  
**W www.psn.or.at**

**Bundesstraße 13b, 8850 Murau**  
**T 03532 / 40 550**  
**E ts.mu@psn.or.at**  
**W www.psn.or.at**

**Erreichbarkeit:**  
**Mo – Fr 08:00 bis 16:00 Uhr**

**Psy Not.** **Außerhalb der Öffnungszeiten:** Bei akuten Krisen steht das psychiatrische Krisentelefon für die Steiermark – rund um die Uhr, anonym & kostenfrei – unter 0800 44 99 33 zur Verfügung.

Gefördert von:



## Sozialpsychiatrische Tagesstrukturen Murtal / Murau

Gefördert von:



Umgesetzt durch:



# Gelingende Lebensführung fördern

## Begleitung auf dem Weg zu mehr Selbstständigkeit

### DIE SOZIALPSYCHIATRISCHE TAGESSTRUKTUR

- ♦ Wir sind für Menschen mit psychischen Problemen oder psychischen Erkrankungen ab dem 18. Lebensjahr da
- ♦ Wir bieten Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung Ihres Alltags
- ♦ Wir kommen aus verschiedenen Berufen und haben alle eine psychosoziale Ausbildung

### UNSERE ZIELE

- ♦ Es soll Ihnen in Ihrem Leben wieder besser gehen
- ♦ Sie sollen Ihren Tagesablauf selbstständig gestalten können
- ♦ Durch unsere Unterstützung sollen Sie Ihre Erkrankung besser bewältigen können
- ♦ Sie erleben Gemeinschaft mit anderen Menschen

### UNSERE ANGEBOTE

- ♦ Unterstützung in der Bewältigung des Alltags: Gemeinsames Kochen und Tätigkeiten der Haushaltsführung
- ♦ Handwerkliches Gestalten (mit verschiedenen Materialien)
- ♦ Bildnerisches Gestalten (Malen, Zeichnen)
- ♦ Kreatives und textiles Werken
- ♦ Gruppenangebote
- ♦ Bewegung
- ♦ Spielenachmittage
- ♦ Gruppengespräche
- ♦ Gedächtnisübungen
- ♦ Entspannungstraining
- ♦ Freizeitangebote
- ♦ Ausflüge, Wandern, Urlaubsaktionen
- ♦ Einzelgespräche und Beratung für die persönlichen Bedürfnisse einer jeden Besucher\*in

- ♦ Kooperation mit sozialpsychiatrischen und psychosozialen Einrichtungen der Region
- ♦ Psychoedukation (Besprechung der Krankheitsbilder)

Bei Notwendigkeit besteht die Möglichkeit, durch einen Fahrtendienst von Zuhause abgeholt zu werden.

Für alle Mitarbeiter\*innen gilt die Verpflichtung zum Schutz Ihrer Daten entsprechend der DSGVO.

### DIE KONTAKTAUFNAHME

Diese kann persönlich, durch Angehörige, Krankenanstalten oder durch andere psychosoziale Institutionen erfolgen. Nach dem Kennenlernen der Einrichtung können Besuchstage vereinbart werden. Wir unterstützen Sie bei der Antragsstellung um unsere Einrichtung besuchen zu können.

## Gemeinsam den Alltag meistern