

Organisatorisches

Teilnahme

Für die Teilnahme an der Sinnesgruppe benötigen wir eine Überweisung von Ihrem niedergelassenen Facharzt oder eine Verordnung unserer Institutsambulanz am Bezirkskrankenhaus Bayreuth.

Bei Überweisung durch den Facharzt ist zuvor ein Gespräch zum gegenseitigen Kennenlernen bei der Gruppenleitung erforderlich.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an das Team der Anmeldung der Institutsambulanz am Bezirkskrankenhaus Bayreuth.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich vor der Teilnahme telefonisch in der Institutsambulanz an.

Telefon 0921 283-5600

Telefonische Erreichbarkeit der Ambulanz

Mo, Di, Do	8:00 - 12:00 Uhr, 13:00 - 16:30 Uhr
Mi	8:00 - 12:00 Uhr, 13:00 - 15:30 Uhr
Fr	8:00 - 12:00 Uhr, 13:00 - 16:00 Uhr

Kontakt

Bezirkskrankenhaus Bayreuth

Akademisches Lehrkrankenhaus der
Universität Erlangen-Nürnberg

Nordring 2
95445 Bayreuth

www.gebo-med.de

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

Chefarzt
Prof. Dr. med. habil. Thomas W. Kallert

Psychiatrische Institutsambulanz

Leitender Oberarzt
Dr. med. Achim Rubel

Ansprechpartnerin

Gruppenleiterin Katja Beitlich
katja.beitlich@gebo-med.de

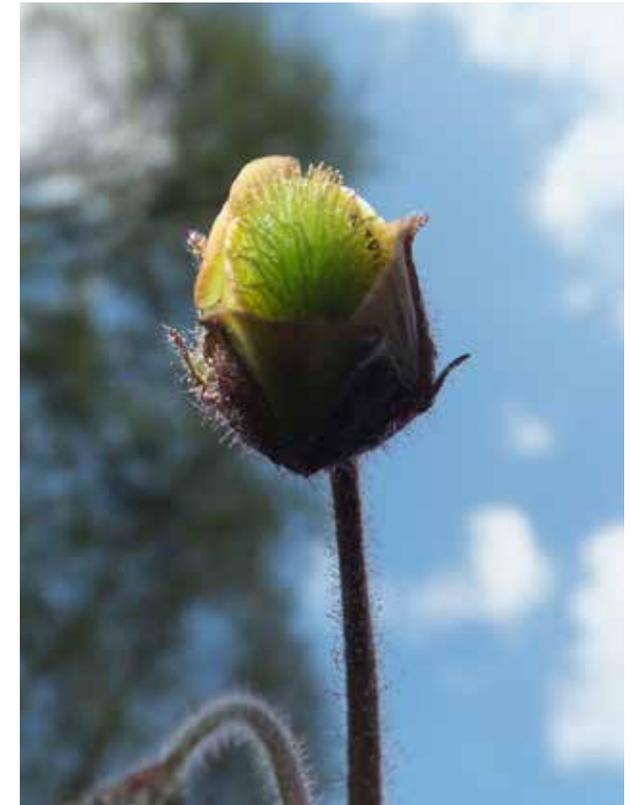
Telefon 0921 283-5140



Sinnesgruppe

Therapieangebot der Institutsambulanz

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie
und Psychosomatik



Gemeinsam nah
am Menschen

Sinnesgruppe

Die Funktion und die Wahrnehmung unserer 7 Sinne sind ein wichtiger Teil unseres Lebens.

Gerade bei Menschen mit schweren und/oder chronisch verlaufenden, seelischen Störungen ist der Zugang zu einem aktiven Sinneserleben häufig blockiert, gestört oder gemindert.

Das Fördern der Wahrnehmung unserer Sinne kann sehr hilfreich für einen Genesungsprozess sein und zu einer allgemeinen Stabilisierung führen.

Auch Stress, Gefühle der Überforderung oder Minderwertigkeit verhindern oft, dass wir unsere Sinne nutzen können.

In unserer Sinnesgruppe können Sie mit Hilfe von Sinnes- und Entspannungsübungen erlernen Ihre Sinne besser zu nutzen.

Sinneserleben

Bewusst wahrnehmen – mit all unseren Sinnen.

Der Genuss und die Achtsamkeit des Moments.

Hören – hinhören – hineinhören

Sehen – klarsehen – hinsehen

Riechen – Luft und Atmung

Schmecken – Genuss und Vielfalt

Fühlen – tasten – greifen...

Wenn wir unsere Sinne nutzen, können wir eine wunderbare, große Welt unser eigen nennen.

Wir werden achtsam!

Achtsam für die Welt um uns,
aber vor allem auch Achtsam uns selbst gegenüber.



Infos

Ort:

Bezirkskrankenhaus Bayreuth,
Depressionsambulanz im Gebäude der
Tagesklinik für Erwachsene (TKL-E)
Cottenbacher Str. 23b, 95445 Bayreuth

Raum:

Gruppenraum 1. Stock

Zeitpunkt:

Dienstag
von 13:30 bis 14:45 Uhr



Zielgruppe:

Alle Patienten, die ihr bewusstes Wahrnehmen
und ihre Achtsamkeit stärken wollen.

Teilnehmer:

Offene Gruppe
max. 8 Personen

Gruppenleitung:

Katja Beitlich,
Fachkrankenschwester für Psychiatrie