

# CaTz\*

bonn



# SEPTEMBER

*Im CaTz*

— ABENTEUER LERNEN —



**Programmheft 2024/09**

# Liebe Leserinnen und Leser

Wir laden Sie herzlich ein, eine gute Zeit im CaTz zu verbringen: egal ob jung oder alt, ob mit oder ohne Psychiatrieerfahrung – Sie sind bei uns willkommen! Unsere Angebote finden Sie in diesem Heft. Neben unseren allgemeinen Öffnungszeiten bieten Ihnen ein günstiges Mittagessen an drei Wochentagen und viele interessante Gruppenaktivitäten.

Bei Ihrem Besuch bitten Sie weiterhin, die bekannten Hygieneregeln einzuhalten (Handdesinfektion, Hände waschen, Niesen in die Armbeuge) und bei Krankheitssymptomen zu Hause zu bleiben.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr **CaTz\*-Team**

# Ausflüge Das CaTz geht auf Tour

Mi 18.09 Ausflug nach Kormern  
siehe Aushang im CaTz



## CaTz\*-U40

**Dienstags von 15:00-17:00 Uhr.**

CaTz U40 Gruppe bietet jungen Menschen zwischen 20 und 39 Jahren einen Ort, sich zu treffen, sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen. Möchten Sie unser Angebot kennenlernen? Kommen Sie einfach vorbei oder melden sich telefonisch vorher bei uns. Frau Wirz, die das Angebot begleitet, kann Sie vorab informieren und Ihnen den Weg zu uns erleichtern.

# Gruppenangebote

## **Gedächtnistraining**

*Montags 10:30-11:30 Uhr*

In einer netten Runde und unter Anleitung macht es sicherlich auch sehr viel Freude.

## **Strickgruppe**

*Montags von 13:00 bis 14:00 Uhr*

Alleine stricken macht keinen Spaß? Kommen Sie doch ins CaTz zu unserer Strickrunde!

## **U-40 Gruppe**

*Dienstags von 15:00-17:00 Uhr*

CaTz U40 bietet jungen Menschen zwischen 20 und 39 Jahren einen Ort, sich zu treffen, sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen.

## **Bewegungsgruppe**

*Mittwochs 11:00-12:00 Uhr*

*(bis max. 6 Personen)*

Die Bewegungsgruppe trifft sich einmal in der Woche, mittwochs im CaTz. Es gibt verschiedenste Gymnastik- und Entspannungsübungen. Anmeldung erforderlich.

## **Karaoke**

*Jeden 1. Donnerstag 16:00 Uhr*

*Spaß beim Singen!*

## **CaTz-Disko**

*Jeden letzten. Donnerstag*



## **Sprachentreff Englisch**

*Donnerstags 15:00 Uhr*

Mit Voranmeldung

## **Kreativ-Gruppe**

*Freitags 10:00-12:00 Uhr*

Immer freitags trifft sich unsere Kreativ-Gruppe. Die Teilnehmer\*innen malen, basteln, zeichnen verschiedene Motive. Eigene Ideen werden eingebracht. Es ist aber auch ein entspanntes Gestalten von Mandalas und Motivbildern möglich.

## **Sing-Gruppe**

*Freitags 11:00-12:00 Uhr*

Bei gutem Wetter singen wir draußen im Hof des SPZ.

## **Frauengruppe**

*pausiert*

Im SPZ treffen sich

**Selbsthilfegruppen** außerhalb unserer Öffnungszeiten. Für Infos sprechen Sie uns bitte an.

Unsere Gruppenangeboten laufen auch weiterhin mit Voranmeldung. Wenn Sie Interesse haben teilzunehmen, melden Sie sich bitte unter der Nummer 0228 688 26-0. Es sind immer wieder Plätze frei.

# Beratungsangebote im CaTZ

## Offene Beratung

Termine werden bis auf weiteres telefonisch vergeben. Melden Sie sich für einen Beratungstermin unter 0228 688 260. Die zuständige Beraterin wird Ihnen genannt und wird mit Ihnen Kontakt aufnehmen

## Beratung zu den Themen Beschäftigung & berufliche Rehabilitation:

Frau E. Gonnermann, Koordination Fachberatung Arbeit & Beschäftigung

## Peerberatung im Tandem:

Sprechstunde donnerstags um 17:00 Uhr im CaTZ bei Frau Grübler oder 0228 68826-0 zur Terminvereinbarung

Wir unterliegen der Schweigepflicht.

# Das CaTZ in den Social Media

*Immer auf dem Laufenden:  
Besuchen Sie uns  
in den Social Media!*

*Haben Sie eine Geschichte oder ein Erlebnis, das Sie in Facebook oder Instagram erzählen möchten?*

*Schicken Sie es uns an  
Socialmedia.spz@caritas-bonn.de*



SCAN ME

NAME: SPZCARITASBONN



SCAN ME

NAME: CARITASBONN\_SPZ



Website: [www.caritas-bonn.de/hilfen-angebote/sozialpsychiatrie](http://www.caritas-bonn.de/hilfen-angebote/sozialpsychiatrie)



# Hairspray!

Probenbesuch im Opernhaus Bonn

Freitag, 18.10.24 // 18:00 Uhr



Das Musical *Hairspray* begeistert mit einer mitreißenden Mischung aus Energie, Humor und tiefgründiger Botschaft.

Es spielt im Amerika der 1960er Jahre und erzählt die inspirierende Geschichte von Tracy Turnblad, einem Teenager mit großen Träumen, der trotz Vorurteilen und gesellschaftlichen Normen für Gleichberechtigung kämpft.

Mit eingängigen Songs, farbenfrohen Kostümen und dynamischen Choreografien feiert *Hairspray* Vielfalt, Toleranz und die Kraft, durch Mut und Selbstvertrauen Veränderungen zu bewirken.

Der Probenbesuch ist kostenfrei. Anmeldung im CaTz.

Montags	Dienstags	Mittwochs	Donnerstags	Freitags
<b>Allgemeine Öffnungszeiten</b>				
10:00-14:00 Uhr		10:00-14:00 Uhr	15:00-19:00 Uhr	10:00-14:00 Uhr
<b>Mittagessen</b>				
12:30 Uhr <b>Mittagessen</b> Anmeldung bis 10.30 Uhr		12:30 Uhr <b>Mittagessen</b> Anmeldung bis 10.30 Uhr	Snacks, Kuchen Kaffee, für den kleinen Hunger....	12:30 Uhr <b>Mittagessen</b> Anmeldung bis 10.30 Uhr
<b>Weitere Angebote- für die Gruppenangebote freie Plätze jeweils anfragen, mit Voranmeldung</b>				
10:30 Uhr – 11:30 Uhr <b>Gedächtnistraining</b>		11:00 Uhr bis 12:00 Uhr <b>Bewegungsgruppe</b>	Donnerstags 15:00 Uhr Mit Voranmeldung <b>Sprachentreff Englisch</b>	10:00 Uhr bis 12:00 Uhr <b>Kreativ-Gruppe</b> 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr <b>Sing-Gruppe</b>
13:00 Uhr bis 14:00 Uhr <b>Strickrunde</b>	15:00 Uhr bis 17:00 Uhr <b>U40 Gruppe</b>		Jeden 1. Donnerstag um 16:00 Uhr <b>Karaoke</b> Jeden letzten Donnerstag <b>CaTz Disko</b>	Jeden 1. Sonntag im Monat ist das CaTz geöffnet von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Mittagessen nach Voranmeldung um 12:30 Uhr. <b>Nächster Sonntag: 1.9.</b>

# Unser besonderes Angebot: Workshopreihe Abenteuer Lernen Tapetenfabrik Bonn Bevel



**Thema: Klimawandel – was geht mich das an?**

**1. Workshop am Donnerstag, 05.09.2024, 10:00 bis 13:00 Uhr**

Das Thema Klimawandel ist nicht zuletzt durch „fridays for future“ für viele Menschen ein bekannter Begriff. Aber was genau steckt dahinter? Was steht hinter den Schlagworten wie Treibhauseffekt, Meeresspiegelanstieg oder Erderwärmung? In 3 Mini-Workshops werden die Themen Treibhausgase, fossile Energieträger und Energie der Zukunft näher beleuchtet und damit für begreifbar. An einer 4. Station wird in einem kleinen „Escape-Spiel“ in einem kleinen Team das Thema noch einmal aufgegriffen.

**Thema: Farben aus der Natur**

**2. Workshop am Donnerstag, 12.09.2024, 10:00 bis 13:00 Uhr**

Mit Blüten, Blättern, Wurzeln, Samen und Erde kann man auf einfachste Weise Farben herstellen. Dabei lässt sich ein überraschend großes Farbspektrum erzielen. Bei einem kleinen Ausflug in die nahe Umgebung sammeln wir bunte Pflanzen, aus denen wir dann mit Mörser und Reibe Farben gewinnen.

Mit den Farben können wir dann auf Papier malen oder auch kleine Stoffe färben.

**Thema: Erdöl und Kunststoffe**

**3. Workshop am 19.09.2024, 10:00 bis 13:00 Uhr**

Erdöl ist ein begehrter Stoff – wir experimentieren mit diesem energiereichen Stoff und erfahren viel über Vorkommen,

Reserven und Nutzung. Weiterhin lernen wir Gefahren von Erdöl oder Erdgas bei Förderung und Transport kennen und schauen wir durch „Fracking“ auch noch die letzten Reserven nutzbar gemacht werden. Im zweiten Teil geht es um Kunststoffe, ihre Verwendung und Verwertung.



Information und Anmeldung im CaTz.

Falls ein Fahrdienst ab CaTz erforderlich ist, dann sprechen Sie uns an.

Organisation: Hilde Kölb 0228/7481152



# Besuch aus Aachen



Im August hatte unser SPZ Besuch von unserem Pendant aus Aachen, das wir schon im Frühjahr besucht hatten. Anders als das SPZ in Bonn hat das SPZ kein Tagungszentrum, also ein Grund mehr, sich einmal das CaTz anzuschauen. Die erste Station war ein Frühstück im CaTz, zusammen mit den Teilnehmer\*innen und Betreuer\*innen. Unseren Gästen hat das Tageszentrum gut gefallen, vor allem der Außen- und Gartenbereich.

Aber ganz besonders gefallen hat ihnen der wertschätzende und gleichberechtigte Umgang der Menschen im CaTz – der Besucher\*innen untereinander aber auch der Betreuer\*innen und den Besucher\*innen. Das ist im Übrigen auch bei den Teilnehmer\*innen so: in einem kleinen Schreibwettbewerb, den wir unter den Besucher\*innen ausgeschrieben hatten, wurde das gleichberechtigte Miteinander sowie die Willkommenskultur genannt, und dass man einfach kommen kann, ohne ausgefragt oder bewertet zu werden.

Weiter ging es mit den Besucher\*innen in die [www.kostbar.de](http://www.kostbar.de), wo wir Ihnen das dortige Arbeitsprojekt vorgestellt haben. In der KostBar können sich Teilnehmer\*innen durch reale Arbeitsbedingungen, direkten Kundenkontakt und begleitende Maßnahmen so qualifizieren, dass ein (Wieder-)Einstieg in das Berufsleben möglich ist. Die Teilnehmer\*innen bleiben meist sechs bis zwölf Monate. Aus 170 Rezepten kochen sie jeden Tag 200 Portionen Suppe. Natürlich haben wir unsere Gäste auf eine leckere Suppe eingeladen. Auf die Frage, was sie an Inspirationen mitgenommen haben, gaben die Gäste dann auch das Arbeitsprojekt an, das wertschätzende Miteinander aber auch unsere Öffentlichkeitsarbeit – das CaTz Monatsheft und das Social Media Auftritt. Das freut uns sehr und wir sind gerne bereit da mit Rat und Tat zu unterstützen.



# Klassik fuer alle

## Nils Moenkemeyer zu Besuch im CaTZ

Wir haben ihn schon vermisst, aber in diesem Jahr ist Nils Moenkemeyer wieder bei uns zu Gast! Klassik im SPZ können Sie erleben am: Dienstag, 01.10.24, 15:00 beim Treppenhauskonzert im Maria-Benedetta-Haus (bitte anmelden im LTZ, das Treppenhaus hat nur begrenzt Platz) und **Mittwoch, 02.10.2024 um 14:00 Uhr im CaTZ!**

Hier sind alle herzlich eingeladen! Wir freuen uns sehr auf seinen Besuch!



## Das CaTZ Komitee ist aktiv!

Machen Sie mit beim CaTZ Komitee und engagieren Sie sich mit uns für unser Tageszentrum! Gemeinsam führen wir mit Ihnen tolle Angebote durch: Sprachen lernen und sprechen, die kleinste Disco der Welt, Singen, Bewegen, kreativ sein und auch beraten werden und natürlich auch die kulinarische Versorgung mit Essen & Trinken. Dafür sind wir sehr dankbar – damit wird das CaTZ lebendig. Wir möchten nun uns zusammenschließen und das CaTZ Komitee auf die Beine stellen, damit wir uns gut abstimmen aber auch vielleicht neue Ideen, Veranstaltungen und Projekte entwickeln können. Sprechen Sie uns an!  
Die nächsten Termine sind:

- Do: 12.09.2024 / 15:00 Uhr
- Do: 10.10.2024 / 15:00 Uhr



## Schreibwettbewerb

### Praemierung der Gewinner

Datum siehe Aushang

## Sommerakademie

### Wenn die einen in Urlaub fahren, beschäftigen sich andere mit unserer Demokratie

#### Demokratie in der KostBar

Für die Teilnehmenden der Arbeitsgelegenheiten KostBar und TEAM:work fand dieses Jahr wieder die „Sommerakademie“ mit Besichtigungen und Workshops statt. Das Thema DEMOKRATIE überspannte alle Veranstaltungen und wir begannen mit einem Gespräch darüber, warum es für eine lebendige Demokratie wichtig ist, sich gegenseitig kennenzulernen. Erstaunlich war, wie wichtig der eigene Name ist und jeder forschte nochmal nach



der Bedeutung seines Namens und warum die Eltern den Namen ausgesucht haben.

Als Gruppe besuchten wir die Bundeszentrale für politische Bildung, die in der Nähe der Museumsmeile ist. Von dort kommt auch der WAHL-O-Mat, den vielleicht einige als Entscheidungshilfe vor Wahlen kennen.

In einem Workshop mit Sevin Hesso, Stipendiatin der Friedrich – Ebert – Stiftung, der über drei Tage deutlich machte, wie viel Demokratie mit jedem einzelnen Menschen zu tun hat, blieb vor allem ein Spiel in Erinnerung:

Spielmaterial; ein Spielblatt „Biografiespiel“ (kann selbst gemalt werden), ein Würfel, eine Spielfigur, 2 – 4 Spielende.

Spieler Nr. 1 beginnt zu würfeln und stellt die Spielfigur auf das erwürfelte Feld. Dann sprechen alle darüber, wie demokratisch die Entscheidungen waren, die sie in dem Alter getroffen haben (Bsp.: Würfel zeigt 6, dann: wie waren die Entscheidungen, als ich 6 Jahre alt war?). Danach ist Spieler Nr. 2 dran, würfelt wieder und zieht die Spielfigur um die Würfelzahl weiter. Dann sprechen wieder alle darüber, wie viel sie in dem Alter entscheiden durften. Hört sich etwas zäh an, war aber ein super Spiel!

# CaTZ\* Kontakt- und Beratungsstelle

Bonn Beuel – Neustraße 16, 53225 Bonn

Telefon im CaTZ: 0228 – 68826 – 13

Büro: 0228 – 68826 – 0

Fax: 0228 – 68826 – 29

E-Mail: [spz@caritas-bonn.de](mailto:spz@caritas-bonn.de)

Website: [www.caritas-bonn.de](http://www.caritas-bonn.de)

Mo. 10:00 – 14:00 Uhr

Di. 15:00 – 17:00 Uhr U40

Mi. 10:00 – 14:00 Uhr

Do. 15:00 – 19:00 Uhr

Fr. 10:00 – 14:00 Uhr

Und jeden 1. Sonntag im  
Monat von 11:00 bis 14:00 Uhr

## Wegbeschreibung ins CaTZ:

- vom Hauptbahnhof Bonn mit den Buslinien 603, 607, 608, 609 bis Haltestelle „Dr.-Weiß-Platz“ oder Straßenbahn Linie 62 bis Haltestelle „Obere Wilhelmstraße“
- von den Rheinischen Kliniken Straßenbahn Linie 61 bis Haltestelle „Stadthaus“ dann auf der gegenüberliegenden Haltestelle in die Straßenbahn Linie 62 Richtung Beuel bis Haltestelle „Obere Wilhelmstraße“,
- von der Haltestelle „Obere Wilhelmstraße“ zurückgehen, die nächste Straße links ist die Neustraße.

