

# Programm zum Tag der offenen Tür

10.00 – 10.20 Uhr  
13.00 – 13.30 Uhr

## Trommeln – Musiktherapie

Raum 5.61/62  
Musik- und Bewegungsraum

Mit Trommeln, Djembé oder Bodypercussion afrikanische Rhythmen kennenlernen. Die eigene Kraft spüren, Durchsetzungsvermögen und Ausdauer erproben und sich vom Gruppenklang tragen lassen.

10.30 – 11.30 Uhr

## Stationsäquivalente Behandlung (StäB)

5.59  
Aufenthaltsraum

StäB bedeutet, dass ein Patient zuhause und nicht in der Klinik behandelt wird. Das Angebot startete im April dieses Jahres. Zusammen mit Landsbergs Oberbürgermeisterin Doris Baumgartl und Landrat Thomas Eichinger lassen wir das halbe Jahr Revue passieren und blicken nach vorne.

10.00 – 16.00 Uhr

## Kreativer Einblick in die Ergotherapie

5.63  
Kleiner Ergotherapieaum

Zusätzlich zum kreativen Einblick gibt es Glitzer-Tattoos für Groß und Klein.

10.00 – 16.00 Uhr

## Kunsttherapie

5.32 & 5.36  
Großer Ergotherapieaum &  
Kunsttherapie

„Siebdruck für mehr Toleranz“: Sie können Stofftaschen mit der Siebdrucktechnik selbst gestalten und mit nach Hause nehmen.

12.00 – 12.40 Uhr

## “Sing to be happy”

Patientengarten

Singen stärkt die Selbstheilungskräfte der Psyche und des Körpers. Sie sind herzlich eingeladen, mitzusingen oder zuzuhören. Sie werden am Sammelpunkt neben der Information im Foyer abgeholt.

12.45 – 14.00 Uhr

## Gartentherapie

Patientengarten

Vorgestellt werden Elemente aus der Gartentherapie und wie sie positiv auf Menschen wirkt. Unsere Gartentherapeutin erläutert zudem die heilende Wirkung bestimmter Kräuter. Tipp: Sie lernen, wie Sie selbst Seife herstellen und dürfen Ihre Arbeit mit nach Hause nehmen. Sie werden am Sammelpunkt neben der Information im Foyer abgeholt.

11.45/ 13.45/ 14.45 Uhr

## Führung durch die Ausstellung

Treffpunkt Raum 5.36  
Kunsttherapieaum

„Sichtbar werden – sich zeigen“, lautet die Ausstellung im Foyer und im Gang der Tagesklinik. Die Kunsttherapeutinnen erläutern sehenswerte Patientenarbeiten aus der Ergo-, Arbeits- oder Kunsttherapie.

10.15/ 11.15/12.15 Uhr  
13.15/ 14.15/ 15.15 Uhr

## Entspannungstechniken

5.58  
Gruppen- und Ruheraum

Gehen Sie auf eine wohltuende Fantasiereise. Unser Entspannungstrainer liest eine Geschichte vor und Sie empfinden die Erzählung bei geschlossenen Augen nach. Entspannen können Sie darüber hinaus bei der Muskelrelaxation nach Jacobson.

Fortsetzung auf der Rückseite 

\*Generationsübergreifende Tagesklinik. Sie werden am Sammelpunkt im Foyer abgeholt und in die Therapieräume begleitet.

11.30 –12.00 Uhr

### **Geminsames Tanzen**

Raum 5.61/62  
Musik- und Bewegungsraum

Vorkenntnisse nicht erforderlich! Lassen Sie sich von den Rhythmen tragen und verleihen Sie mit der Bewegung im Takt der Musik dem aktuellen Empfinden Ihren persönlichen Ausdruck.

10.30 –11.30 Uhr

### **Achtsamkeitsübungen**

13.00 – 14.00/ 14.30 – 15.30 Uhr

Abholung am Sammelpunkt im  
Foyer 5. Stock/ GÜTKL\*

Mit Achtsamkeit sich selbst gegenüber lebt man gesünder und beugt psychischen Erkrankungen vor. Der Schlaf wird besser und der Umgang mit anderen Menschen leichter. Erleben Sie Elemente aus den Achtsamkeitsübungen und wie auch Sie davon profitieren können. Die Teilnehmerzahl ist auf acht begrenzt. Bitte tragen Sie sich in die Teilnahmeliste am Infopunkt ein.

10.30 – 11.30 Uhr

### **Klangschalenmeditation**

13.00 – 14.00 Uhr/ 14.30 - 15.30 Uhr

Sammelpunkt am Klangschalentisch  
im Foyer 5. Stock/GÜTKL\*

Die Schwingungen und Vibrationen der Klangschalen versetzen Sie in einen Zustand des völligen Loslassens und die Energie kann wieder durch Ihren Körper fließen. Erleben Sie die wohltuende Meditation am eigenen Körper. Die Teilnehmerzahl ist auf acht begrenzt. Bitte tragen Sie sich in die Teilnahmeliste am Infopunkt ein und finden Sie sich pünktlich am Sammelpunkt ein.

11.45 Uhr

### **Präsentation Mutter-Kind-Therapie**

Abholung am Stand  
„Schatten und Licht e.V.“/ GÜTKL

In der generationsübergreifenden Tagesklinik bieten wir zwei Behandlungsplätze für psychisch erkrankte Mütter oder Väter mit ihren Kindern im Alter von sechs Wochen bis 18 Monaten an. Lernen Sie das freundlich gestaltete Mutter-Kind-Zimmer kennen und erfahren Sie alles über die spezifischen Therapieformen.

10.00 – 16.00 Uhr (laufend)

### **Rauschbrillenparcours**

Foyer im 5. Stock

Lassen Sie sich die Wirkung von Drogen auf das Sehvermögen buchstäblich vor Augen führen! Im Rauschbrillenparcours versuchen Sie, sich durch eine Pylonengasse mit der Wahrnehmung wie nach LSD-, Cannabis-, Alkohol- oder dem Konsum anderer berauschenden Substanzen zu bewegen. Aha-Effekt garantiert!

14.00 - 14.20 Uhr

### **Qi Gong Bewegungstherapie**

5.61/62  
Musik- und Bewegungsraum

Qi Gong ist eine Bewegungstherapie und als ein Teil der chinesischen Medizin bekannt. Langsame Übungen, gepaart mit bewusster Atemtechnik, wirken sich entspannend und heilsam auf die Meridiane (Energiebahnen) und damit positiv auf die psychische und körperliche Verfassung eines Menschen aus.

