

Zielgruppe

- Frauen ab 18 Jahren mit psychischen Erkrankungen, bei welchen die akute Symptomatik bereits therapeutisch behandelt wurde.
- Frauen, die auf Grund psychischer bzw. psychosozialer Probleme (Lebenskrise) nach bereits erfolgten therapeutischen Maßnahmen vorübergehend beschäftigungs- bzw. wohnungslos sind.

Ziele

- Wiederaufnahme einer sinnvollen Tagesstruktur
- Stabilisierung der Psyche
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Erweiterung persönlicher Fähigkeiten und Kompetenzen
- Wiedererlangen der Ich-Akzeptanz in einer Gemeinschaft
- Aufbau von sozialen Kontakten
- Reintegration in den Arbeitsmarkt
- Vermeidung stationärer Krankenhausaufenthalte

Teilnahmevoraussetzungen

- Selbständige Wohnfähigkeit
- Stabiler Krankheitsverlauf und Krankheitseinsicht
- Bereits bestehende Behandlung durch eine/en Facharzt/ärztin für Psychiatrie bzw. eine/en Psychologen/in
- Empfehlung durch ein öffentliches Krankenhaus, eine Privatklinik, eine/n niedergelassene/n Facharzt/ärztin, eine/n Psychologen/in, ein psychosoziales Zentrum, eine Beratungsstelle oder eine ähnliche Einrichtung.



Verein „Die Schwalbe“



Wohn- und Beschäftigungsinitiative
für Frauen in Lebenskrisen

Weg zur Einsiedelei 2, A-8020 Graz

office@dieschwalbe.at
www.dieschwalbe.at

Geschäftsführung

Mag. Angelika Vanek-Enyinnaya
Arndt Stering

Tel: +43 699 106 255 17

Öffentliche Verkehrsmittel

Straßenbahn Linie1 Richtung Eggenberg - Haltestelle *Alteggenberg*



Verein "Die Schwalbe"

Wohn- und Beschäftigungsinitiative
für Frauen in Lebenskrisen



Für den Inhalt verantwortlich: Verein "Die Schwalbe"
Folder: BUERO BUOL RIEWE

Der Verein "Die Schwalbe" stellt im Rahmen einer Selbsthilfegruppe für Frauen mit psychischen Erkrankungen die organisatorische Struktur für den Aufbau eines selbst bestimmten Lebens zur Verfügung, bietet aber keine medizinische oder therapeutische Behandlung.

www.dieschwalbe.at

Der Verein

Der Verein "Die Schwalbe" ist ein gemeinnütziger Verein, der von Betroffenen für Betroffene gegründet wurde. Er bietet ein Wohn- und Beschäftigungsmodell für Frauen an, die aufgrund einer psychischen Erkrankung oder einer schwerwiegenden Lebenskrise vorübergehend keiner Erwerbstätigkeit nachgehen können, sowie über keine Wohnmöglichkeit verfügen bzw. ein Wohnen in Gemeinschaft dem alleine Wohnen vorziehen.

Die Teilnahme am Projekt ist als unterstützende Übergangsmaßnahme nach einem stationären psychiatrischen Rehabilitationsaufenthalt gedacht.

Motivation zur Vereinsgründung

Die Vereinsgründung erfolgte im Herbst 2008 als Ergebnis einer persönlichen Erfahrung. Die Vereinsgründer Arndt Stering und Mag. Angelika Vanek-Enyinnaya beschlossen, nach einem mehrwöchigen stationären Aufenthalt in der Landesnervenklinik Sigmund Freud Graz eine Wohn- und Beschäftigungsinitiative ins Leben zu rufen, die den Aspekt der Selbsthilfe in den Vordergrund stellt.

Das Projekt "Die Schwalbe" soll die teilnehmenden Frauen ermuntern, auf ihre persönlichen Möglichkeiten zu vertrauen und im Austausch mit anderen Betroffenen die Kraft der Selbsthilfe zu erfahren.

Wohnen

- Das Haus "Die Schwalbe" in Graz-Eggenberg bietet Platz für eine Wohngemeinschaft von 7 Frauen (3 Doppelzimmer, 1 Einzelzimmer), die jeweils bis zu einem Jahr am Projekt teilnehmen können.
- Kostenbeitrag für Miete und Betriebskosten: sozial gestaffelt. Kosten für Verpflegung extra.
- Den Hausbewohnerinnen steht ein großer Garten zur Verfügung.
- Plabutsch und Thalersee sowie der Park des Schlosses Eggenberg sind ideale Naherholungsgebiete.

Beschäftigung

- Herstellung von Kuchen, Keksen, Torten etc.
- Herstellung von Säften, Marmeladen, Kompotten etc.
- Pflege des hauseigenen Gartens (Gemüsegarten, Obstbäume, Biotop, Laube etc.)

Die Hausbewohnerinnen arbeiten je nach ihrer momentanen gesundheitlichen Verfassung am Beschäftigungsmodell mit und leisten somit einen wichtigen Beitrag zur Gemeinschaft.

Wohlfühlen

- Sport und Bewegung
- Bewusste Ernährung
- Entspannungsübungen
- Familiäre Atmosphäre

Ein klar strukturierter Tagesablauf bietet ein ausgewogenes Verhältnis von Entspannung und Beschäftigung.



„Mitten im Winter habe ich schließlich gelernt,
dass es in mir einen unbesiegbaren Sommer gibt.“

Albert Camus

