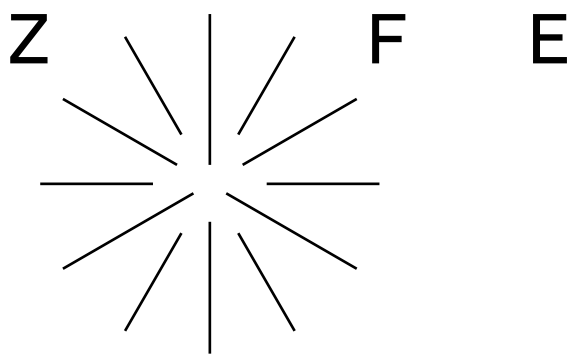




Gruppenangebot Zentrum für Ergotherapie Luzern

Jede Gruppe findet einmal wöchentlich statt. Bei entsprechender Indikation und Verordnung ist es möglich, an mehreren Gruppen teilzunehmen. Die Zahl der Teilnehmer:innen ist beschränkt. Ist eine Gruppe vollständig besetzt, führen wir eine Warteliste.

Die Teilnahme am Gruppenangebot ist zeitlich begrenzt. Sie wird durch regelmässige Einzeltherapiestunden begleitet, in denen individuelle Ziele sowie der Übertrag in den Alltag erarbeitet werden.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		Interaktionsgruppe Spiel 10:00 – 12:00	Bildnerisches Gestalten 10:00 - 12:00	Fokus Betätigung 10:00 – 12:00
Kognitives Training 13:30 – 14:30	Fokus Betätigung 13:30 – 15:30	Kognitives Training 13:30 – 14:30	Energiemanagement- Schulung 13:30 – 15:00	Metakognitives Training Depression 13:30 – 15:00

Bildnerisches Gestalten

Im Mittelpunkt steht Prozessarbeit mit bildnerischen Mitteln.

Interaktionsgruppe Spiel

Es werden unterschiedliche Spielformen eingesetzt. Der aktive Austausch sowie das gemeinsame Aushandeln des Programms stehen dabei im Vordergrund.

Kognitives Training

Diese Gruppe richtet sich an Teilnehmer:innen, die mehr über ihre kognitiven Fähigkeiten erfahren, diese gezielt fördern und wieder Vertrauen in sich selbst gewinnen möchten.

Fokus Betätigung

Die Teilnehmer:innen arbeiten individuell an eigenen Projekten, erweitern dabei vielfältige Kompetenzen und entdecken neue Interessen durch ein breites Angebot kreativer Aktivitäten.

Energiemanagement-Schulung

Menschen mit chronischer Fatigue erlernen in acht Gruppenlektionen den bewussten Umgang mit der individuell verfügbaren Energie.

Metakognitives Training bei Depression (D-MKT)

Teilnehmer:innen lernen die eigenen Denkprozesse zu beobachten, zu reflektieren und zu steuern. Dabei werden depressionstypische Denkfehler hinterfragt und alternative Sichtweisen entwickelt.