

Beratungscafé Proberaum
Köln



Alexianer

Beratungscafé Proberaum

Was geht ab?



Kurze Geschichte des Proberaums

- Bedarf für spezielles Angebot für junge Menschen wurde im SPZ Rodenkirchen deutlich
- Proberaum in Betrieb seit November 2013
- Die ersten drei Jahre Förderung durch die Aktion Mensch als Projekt
- Zielgruppe: junge Menschen bis 27 Jahren mit einer psychischen Erkrankung/Krise
- Beratung von Angehörigen und Profis
- Schnell wurde der große Bedarf in Köln deutlich
- Seit 2016 Weiterfinanzierung durch die Stadt Köln



Wer kommt?

- Junge Menschen zwischen 17 und 27 Jahren
- Mit Diagnose oder ohne Diagnose
- Mit langer Psychiatrie-Erfahrung – ohne jegliche Psychiatrie-Erfahrung
- Ohne Schulabschluss – mit angefangenem Studium
- Wohnen alleine – mit den Eltern – vereinzelt in Einrichtungen
- Gesicherter Lebensunterhalt – Situation völlig ungeklärt
- aus allen Stadtbezirken Kölns



Und wie viele sind das so?

Zahlen aus dem Jahr 2017:

- 218 Beratungsgespräche
- 384 Telefongespräche
- Zu jedem Angebot kommen ca. zwischen 5 und 15 TeilnehmerInnen



Was geht ab?



Jede Menge!

VON MONTAG BIS FREITAG!

MO 11.00 bis 14.00 Uhr: OFFENES CAFÉ

DI 12.00 bis 14.00 Uhr: GESCHMACKSACHE
14.00 bis 17.00 Uhr: OFFENES CAFÉ

MI 11.30 bis 14.30 Uhr: BASICS
UND OFFENES CAFÉ

DO 15.00 bis 17.00 Uhr: OFFENES CAFÉ
17.00 bis 21.00 Uhr: FREIZEITTREFF U27

FR 12.00 bis 13.30 Uhr: PIZZA & TALK

VON A BIS Z!



BASICS (WECHSELNDE PROJEKTE, INFORUNDEN)

In regelmäßigen Abständen laden wir Experten ein, um über verschiedene Themen (z.B. Umgang mit der Erkrankung im Familien- und Freundeskreis, Medikamente...) zu informieren und zu diskutieren.

FREIZEITTREFF U27

Lust auf Kinobesuche, Grillen am Rhein, Konsolen- & Filmabende mit Leinwand, Spieleabende und mehr...? Jeden Donnerstag wechselnde Aktivitäten.

Eigenbeitrag: zwischen 1,50 und 3,- Euro.

GESCHMACKSACHE - Kochen im Proberaum

Wer Spaß am gemeinsamen Kochen, Planen und auch Essen in freundlicher Atmosphäre hat und in der Gruppe neue sowie traditionelle Gerichten ausprobieren möchte, ist Herzlich Willkommen. **Eigenbeitrag: 2,50 Euro.**

OFFENES CAFÉ

Innerhalb der Öffnungszeiten besteht die Möglichkeit für Betroffene und Angehörige, sich auch ohne Termin kostenlos und natürlich streng vertraulich beraten zu lassen. Außerdem laden diverse Gesellschaftsspiele im Cafébereich, Internetzugang sowie warme & kalte Getränke zum gemütlichen Verweilen ein.

PIZZA & TALK

Jeden Freitag backen wir im Proberaum Pizza (wöchentlich wechselnde Sorten) und unterhalten uns z.B. über aktuelle Themen und/oder Freizeittipps fürs Wochenende.

Eigenbeitrag: 1,50 Euro.

Beratungscafé Proberaum
Köln



Alexianer

Was geht ab?



Jede Menge!

.... und natürlich Beratung



Was soll das Ganze?

- Niedrigschwellige Anlaufstelle
- Raus aus der Isolation
- Raum, sich auszuprobieren
- Dinge üben, die schwer fallen
- Gute Erfahrungen machen
- Vernetzung untereinander
- Experte in eigener Sache werden



Was sind die Herausforderungen mit dieser Zielgruppe? (1)

- Sehr unterschiedliche Problemlagen, extreme Heterogenität der Gruppe
- Teilweise wenig Erfahrung mit der Erkrankung, Auseinandersetzung hat oft noch nicht stattgefunden
- Nachreifung der Persönlichkeit nötig
- Meist noch keine berufliche oder private Lebensperspektive/ -planung



Was sind die Herausforderungen mit dieser Zielgruppe? (2)

- Frühlingsgefühle – Beziehungsstress
- Teilweise hohe Unzuverlässigkeit
- Als MitarbeiterIn muss ich täglich neu überlegen, wie ich reagiere

Beratungscafé Proberaum
Köln



Alexianer

Danke für Ihre Aufmerksamkeit !