

## Wie kann ich die Ergotherapie in Anspruch nehmen?

Ihre HausärztIn oder PsychiaterIn wird Ihnen bei Bedarf eine Heilmittelverordnung ausstellen, damit Sie zu uns in die Ergotherapie kommen können. Gerne geben wir natürlich auch Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt Informationen über unsere Angebote und den Behandlungsverlauf. Für ÄrztInnen, PsychiaterInnen, PsychotherapeutInnen, BetreuerInnen etc. haben wir auf unserer Internetseite spezielle Informationen zusammengestellt.

### Wenden Sie sich an uns

Bei Fragen stehen wir Ihnen in einem persönlichen Gespräch gerne zur Verfügung. Bitte vereinbaren Sie dazu einen Termin mit uns.

Unsere Praxis für Ergotherapie ist nach DIN EN ISO 9001:2008 zertifiziert.



WIR SIND ZERTIFIZIERT DURCH  
CERT IQ ZERTIFIZIERUNGSDIENSTLEISTUNGEN GMBH

GESUNDHEIT | BILDUNG | SOZIALWESEN  
*Zertifizierung mit System!*

## So finden Sie uns

FTZ-Ergotherapie  
Praxis für Ergotherapie  
Blutenburgstr. 19, 80636 München  
Tel. 089/ 89055540  
Fax 089/ 89055420  
ergotherapie@ftz-muenchen.de  
www.ftz-muenchen.de  
U-Bahn Linie 1/7  
(Richtung Olympia-Einkaufszentrum)  
Haltestelle Maillingerstraße



### Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen wollen

Wir freuen uns über die Förderung und Anerkennung unserer Arbeit durch eine Spende.

#### Bankverbindung:

Münchner Bank eG  
IBAN: DE12 7019 0000 0008 9063 78  
BIC: GENODEF1M01

# Praxis für Ergotherapie



Eine Einrichtung des  
FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH

## Was ist die FTZ-Ergotherapie?

Die FTZ-Ergotherapie ist ein Angebot für Mädchen ab 13 Jahren und Frauen jeden Alters aus allen Kulturkreisen.

### Wir sind für Sie da, bei:

- psychischen Erkrankungen, wie z.B. Ängsten, Depressionen und Psychosen
- Suchtmittelabhängigkeit
- Essstörungen (auch Adipositas)
- posttraumatischem Belastungssyndrom
- ADS/ADHS
- psychosomatischen Erkrankungen/Schmerz-erkrankungen
- Krebserkrankungen



## Was bietet die FTZ-Ergotherapie?

Wir bieten in einem geschützten Frauenraum Einzel- und Gruppentherapie, wobei unser Schwerpunkt auf der Gruppentherapie liegt.

### Mit diesen Angeboten unterstützen wir Sie:

- Alltagstraining für Tagesstrukturierung, Organisation, Ernährung, Haushalt, Hygiene
- Arbeitsfähigkeiten diagnostizieren und trainieren
- Belastungserprobung in den Bereichen Büro, Kochen und Gestaltung
- Kognitives Training mit COGPACK, alltagsorientiertes Neurotraining (nach Verena Schweizer)
- Kommunikations- und Wahrnehmungstraining mit allen Sinnen
- Körperbezogene Therapie
- Entspannungstechniken, Stressbewältigung, Achtsamkeitstraining
- Selbstbehauptungstraining
- Methoden aus dem Skills-Training nach M. Linehan
- Traumasensible Stabilisierungsübungen
- Freies Gestalten

Unser aktuelles Gruppentherapie-Angebot finden Sie auf unserer Internetseite.

## FTZ-Ergotherapie will:

Der Anspruch der FTZ-Ergotherapie ist, Ihnen zu helfen wieder Stabilität zu erlangen, um eine weitgehend eigenständige Lebensführung zu ermöglichen.

### Mit unserer Unterstützung können Sie diese Ziele erreichen:

- Stabilisierung
- Selbstvertrauen gewinnen und stärken
- Ihre Wahrnehmung verbessern
- Ausdauer und Belastungsfähigkeit trainieren
- Ressourcen und Fähigkeiten (wieder) finden
- Betätigung und Arbeit (wieder) aufnehmen
- Erziehungsfähigkeit herstellen
- Die eigene Kreativität (wieder) entdecken
- Kontakt- und Beziehungsfähigkeit ausbauen
- Rückfallprävention erarbeiten

