

Weitere Informationen zum FTZ
finden Sie auf unserer Webseite
www.ftz-muenchen.de
oder unter diesem QR Code



Sie möchten uns unterstützen?
Wir freuen uns sehr über Ihre Spende.
FrauenTherapieZentrum – FTZ
Münchner Bank eG
IBAN: DE55 7019 0000 1208 9063 78
BIC: GENODEF1M01

Herzlichen Dank!
Ihr FTZ



FTZ – EigenSinn wird gefördert durch:



So erreichen Sie uns:

FTZ – EigenSinn

Tagesstätte für Frauen
Schleißheimerstr. 22a / Rückgebäude
80333 München

Tel. 089 – 55 05 27 81

Fax 089 – 99 01 37 76

eigensinn@ftz-muenchen.de

www.ftz-muenchen.de

Sie nutzen einen Rollstuhl?
Unsere Räume sind rollstuhlgerecht.
Sie haben eine andere Einschränkung?
Bitte informieren Sie uns.
Wir finden eine Lösung.



U-Bahn Linien 1 und 7 Haltestelle Stiglmaierplatz



EigenSinn
Tagesstätte
für Frauen

Sie sind seelisch belastet? Oder Sie haben Psychiatrieerfahrung?

Und Sie möchten Gemeinschaft und Sinn erleben?

Ihre eigenen Stärken (neu) entdecken?

Und dabei eigen sein dürfen?

Wir von EigenSinn, der Tagesstätte für Frauen, heißen Sie willkommen.

EigenSinn ist

Das EigenSinn ist ein geschützter Frauenraum. Bei uns arbeiten langjährig erfahrene Sozialpädagoginnen, Ergotherapeutinnen, eine Ex-In-Genesungsbegleiterin* und weitere Fachkräfte.

Unsere Tagesstätte liegt zentral und ist auch für Rollstuhlnutzerinnen geeignet. Im EigenSinn können Sie Kontakte zu anderen Frauen knüpfen, und erleben Gemeinschaft. Bei uns geben Sie Ihrem Tag Struktur und Stabilität.

Unser Angebot

Wir unterstützen Sie mit vielfältigen Angeboten. Zusammen mit anderen Frauen können Sie Ihre Interessen (wieder)entdecken und Ihre Fähigkeiten entfalten:

- Beim gemeinsamen Kochen und Essen
- In unseren Übungs- und Gesprächsgruppen zu Themen wie seelische Gesundheit und gesunde Ernährung
- In unserer Nähwerkstatt
- Bei Kreativ- und Bewegungsangeboten, z.B. Acrylmalerei, Tanzen oder Yoga
- Beim Gärtnern in unserem Kräuter- und Gemüsegarten
- Bei Festen und Ausflügen

Das und vieles mehr gibt es bei uns. Probieren Sie neue Aktivitäten aus, gestalten Sie mit uns gemeinsam Ihren Tag und entdecken Sie, wie stark Sie sind.

Gut zu wissen

Wir arbeiten traumasensibel und kultursensibel. Wir haben Schweigepflicht. Unsere Angebote sind kostenlos. Für Essen und Ausflüge gibt es einen kleinen Teilnahmebeitrag.

Sie möchten sich die Tagesstätte unverbindlich ansehen? Wir haben regelmäßige Infoveranstaltungen. Die Termine erfahren Sie telefonisch unter 089 – 55 05 27 81 oder auf unserer Webseite www.ftz-muenchen.de

Hier finden Sie auch unsere aktuellen Öffnungszeiten.

Das FrauenTherapieZentrum

EigenSinn ist ein Angebot des FrauenTherapieZentrums – FTZ gemeinnützige GmbH. Unsere sozialpsychiatrischen und psychosozialen Angebote sind frauenspezifisch.

Wir unterstützen Sie vielfältig und umfassend – in ganz München.

Das FTZ ist eine Mitgliedsorganisation des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes.

Unsere Haltung

Frauenspezifische Arbeit heißt für uns, alles, was Sie ausmacht, im Blick zu haben. Dazu gehören Ihre Geschichte und Ihre aktuelle Situation, genauso wie Ihre Ziele und Wünsche.

Ihre Lebensbedingungen als Frau sehen wir immer vor dem Hintergrund von Gesellschaft und Kultur.

Wir achten Sie in Ihrer Identität – unabhängig von Ihrer Lebensweise und Ihrer sexuellen und religiösen Orientierung.

Wir stehen ein für Gleichberechtigung, Gewaltfreiheit und Menschenrechte.

*Ex-In-Genesungsbegleiterinnen haben selbst Erfahrung mit Krisen und psychischen Erkrankungen. Für ihre Arbeit haben sie eine zertifizierte Ausbildung durchlaufen.