



Beratungs- und
Behandlungszentrum

THERAPEUTISCHES BOGENSCHIESSEN



Psychiatrisches Zentrum
Nordbaden

BEHANDLUNGSANGEBOT

Das therapeutische Bogenschießen ist eine Form der therapeutischen Intervention, die Elemente des Bogenschießens mit psychotherapeutischen und psychologischen Techniken kombiniert. Als erlebnisorientierte Therapie dient es dem Zweck, emotionale und psychische Probleme anzugehen und das Wohlbefinden zu fördern.

Während des therapeutischen Bogenschießens lernen die Teilnehmer*innen, einen Bogen zu halten, zu zielen und Pfeile auf ein Ziel zu schießen. Dabei werden sie angeleitet, sich auf ihren Atem, ihre Körperhaltung und ihre Gedanken zu konzentrieren. Der Prozess des Bogenschießens trägt dazu bei, Stress abzubauen, das Selbstvertrauen zu stärken, die Konzentration zu verbessern und das Gefühl der Kontrolle über sich selbst zu fördern.

Nach dem Bogenschießen können die Teilnehmer*innen das Erlebte in Einzelgesprächen reflektieren und weitere therapeutische Ansätze oder Einsichten entwickeln.

TERMINE UND ANMELDUNG

Das Gruppentherapieangebot findet dienstags von 15 bis 16.30 Uhr auf dem Schießplatz (hinter der Pflegefachschule, Haus 50) statt.

Termine zur Einzeltherapie sind auf Anfrage erhältlich.

Die Anmeldung erfolgt durch Ihren Behandler oder Ihre Behandlerin.



SO ERREICHEN SIE UNS

Beratungs- und Behandlungszentrum (BBZ)

Psychiatrisches Zentrum Nordbaden

Ambulanzzentrum

Heidelberger Straße 1a, 69168 Wiesloch

Chefärztin: Jean Keller

Pflegedienstleiterin: Nadia Viktoria Heid

INFORMATIONEN UND KONTAKT

Empfang Ambulanzzentrum	06222 55-2600
Empfang Alterspsychiatrie	06222 55-2287
Fax	06222 55-1893
E-Mail	ambulanzzentrum@pzn-wiesloch.de

ANFAHRT

Mit dem PKW folgen Sie in Wiesloch der Beschilderung „Psychiatrisches Krankenhaus“.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren Sie vom S-Bahnhof Wiesloch-Walldorf mit den Bussen der Linie 702/707 bis zur Ringstraße. Dann umsteigen in die Buslinie 709 bis zum PZN. Von Heidelberg mit der Straßenbahnlinie 23 bis Leimen, dort umsteigen in die Buslinie 723 bis zur Haltestelle Krankenhaus.



www.pzn-wiesloch.de

Ein Unternehmen der **zfp** Gruppe Baden-Württemberg