



# Herzlich willkommen!

Wohnheim für Menschen  
mit seelischer Behinderung bei der  
Pro Seniore Residenz Posthof

---



**PRO SENIORE**



» Strebe nach Ruhe,  
aber durch das Gleichgewicht,  
nicht durch den Stillstand  
deiner Tätigkeit. «

FRIEDRICH VON SCHILLER

## Lage und Umgebung

---

Mittendrin und doch völlig entspannt: Das macht die Lage unseres Wohnheims aus. Denn einerseits können sich die Bewohner in aller Ruhe erholen, andererseits sind sie schnell in der Innenstadt, wo viele Geschäfte auf sie warten. Ob Weender Straße, Marktplatz oder Rathaus: Alles ist da und nah! Und für entspannende Spaziergänge ist das Naherholungsgebiet am Kieselsee wunderbar.

- ruhige, aber zentrale Lage
- gute ÖPNV-Anbindung zur Innenstadt
- viele Geschäfte fußläufig zu erreichen
- Naherholungsgebiet Kieselsee in der Nähe

Das Wohnheim befindet sich auf dem Gelände der Pro Seniore Residenz Posthof und besteht aus familiären kleinen Wohneinheiten (Ein- und Zweibettzimmer), verteilt auf fünf Wohnbereiche. Zahlreiche Gemeinschaftsräume bieten Platz für die Freizeit- und Therapiegestaltung. Rund um die Einrichtung erstreckt sich ein idyllischer parkähnlicher Garten mit altem Baumbestand.



» Empathie bedeutet:  
mit den Augen  
des Anderen zu sehen,  
mit den Ohren  
des Anderen zu hören,  
mit dem Herzen  
des Anderen zu fühlen. «

SPRICHWORT



## Geborgenheit & Kompetenz

---

Fachliche Expertise, Empathie und Engagement gehen bei uns Hand in Hand. Was unsere Einrichtung dabei so besonders macht: Sie ist ein Ort der Begegnung, der zur persönlichen Entfaltung anregen und die sozialen Kompetenzen der Bewohner mit gezielten Maßnahmen fördern soll. Um dies zu erreichen, setzen wir auf ein multiprofessionelles Team, bestehend aus speziell geschulten Pflegekräften, aber auch Psychologen, Sozialpädagogen und ein

breites externes Ärztenetzwerk. Das gemeinsame Ziel: Die Steigerung der Lebensqualität jedes einzelnen Bewohners.

- multiprofessionelles Team
- Tagesstrukturierung, Training von Alltagsfähigkeiten
- ganzheitlicher therapeutischer Ansatz, der jeden Menschen individuell wahrnimmt



## An wen richtet sich unser Angebot?

---

Unser Wohnheim ist eine vollstationäre Betreuungseinrichtung für Menschen mit einer nicht nur vorübergehenden seelischen Behinderung, die älter als 18 Jahre sind und die für einen längeren Zeitraum institutionellen Schutz und professionelle Unterstützung benötigen.

**In unserer Wiedereingliederungshilfe nehmen wir also Menschen auf, die:**

- nicht mehr der Behandlung oder Krisenbetreuung einer psychiatrischen Akutklinik bedürfen
- an einer erfolgreichen beruflichen und sozialen Wiedereingliederung teilnehmen können
- nicht überwiegend der körperlichen Pflege bedürfen
- nicht akut suizidgefährdet sind

**Zusammen mehr erreichen**

Die Bewohner leben in Ein- oder Zweibettzimmern, die Raum für Individualität bieten. Jedes der Zimmer ist mit einem 24-Stunden-Notrufsystem ausgestattet. Das garantiert Sicherheit – rund um die Uhr. Um die Synergien der Gruppe zu entfalten und gleichzeitig das „Wir-Gefühl“ zu stärken, legen wir aber auch viel Wert auf gemeinsame Aktivitäten.

» Mut steht am Anfang  
des Handelns, Glück am Ende. «

DEMOKRIT

# Individuelle Potentiale fördern

Gerade Menschen mit seelischen Behinderungen benötigen oft geschützte Rückzugsorte, an denen sie neue Energie sammeln und neue Kraft mobilisieren können. In unserem Wohnheim bieten wir ihnen auf allen Ebenen Möglichkeiten dazu und begleiten sie professionell.

Mit einem Team von Experten sorgen wir dafür, den individuellen Leidensdruck zu senken und Momente der Entlastung zu schaffen. Gleichzeitig bereiten wir die

Menschen, die nur vorübergehend bei uns sind, auf ein Leben außerhalb unseres sicheren Settings vor.

Ob Gast oder dauerhafter Bewohner: Bei unserer Arbeit stehen die Selbstbestimmung und die individuellen Bedürfnisse der Menschen immer an erster Stelle.

**Mehr erreichen –  
in familiärer Atmosphäre!**

**Wir verfolgen in unserer Einrichtung diese Ziele:**

## **Erlernen sozialer Verhaltensweisen und Schaffung sozialer Kontakte**

Um die Krankheitsroutine „aufzubrechen“ und unseren Bewohnern neue Handlungsoptionen zu eröffnen, zeigen wir ihnen alternative und neue Verhaltensmuster auf, die sie in ihrem sozialen Leben stärken und ihnen Selbstvertrauen geben.

## **Steigerung von Selbstwert und Selbstwertgefühl**

Nur wenn Menschen sich selbst vertrauen und sich wertschätzen, können sie auch anderen Menschen diese Wertschätzung entgegenbringen. Deshalb bestärken wir unsere Bewohner stets positiv in ihrem Tun und sorgen für eine unterstützende Atmosphäre.

## **Wiedererlangung lebenspraktischer Fähigkeiten**

Manchmal sorgt der Leidensdruck einer psychischen Erkrankung dafür, dass der Betroffene Tätigkeiten, die von enormer lebenspraktischer Bedeutung sind, nicht mehr ausüben kann. Wir helfen ihm, diese „wiederzuentdecken“ und in seine Lebenswelt zu implementieren – zum Beispiel mit tagesstrukturierenden Maßnahmen.

## **Aktivierung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit**

Im sicheren Umfeld unseres Wohnheims können wir die stets vorhandenen physischen und geistigen Ressourcen unserer Bewohner fördern. Dabei unterstützen sie Therapeuten aus unterschiedlichen Fachbereichen.

## **Hilfe bei Konfliktsituationen und Krisenintervention**

Gerade dann, wenn der psychische Druck zu stark wird, fühlt sich der Betroffene hilflos und ist aus dem inneren Gleichgewicht. Wir zeigen auf, wie er mit Konfliktsituationen umgehen und diese bewältigen kann.

## **Bewältigung von Angst, Unruhe und Spannung, sowie Interessenlosigkeit und Apathie**

Wir geben unseren Bewohnern das Rüstzeug an die Hand, um mit innerpsychischen Krisen umgehen zu können und eine lebensbejahende Haltung einzunehmen.

## **Abbau von selbst- und fremdgefährdenden Verhalten**

Wir versuchen, die Perspektive des Bewohners einzunehmen, ihm aber auch gleichzeitig Veränderungs-Optionen zu vermitteln. Mit allen Maßnahmen fördern und steigern wir die soziale Kompetenz, das Gefühlsmanagement sowie auch die innere Achtsamkeit.

» Der eine wartet, dass die Zeit sich wandelt, der andere packt sie kräftig an und handelt. «

DANTE ALIGHIERI



## Immer für Sie da: unser starkes Team

---

Unser multiprofessionelles Team bündelt die Kompetenzen aus unterschiedlichsten Fachbereichen. Zu ihm zählen Pfleger, Ergotherapeuten, Pädagogen, Heilerzieher und Betreuungskräfte. Gemeinsam ist ihnen allen ihr fachliches Know-how, aber auch ihre authentische Empathie, mit der sie auf die Bedürfnisse unserer Bewohner eingehen. Mit Herz und Engagement. Tag für Tag. Dabei kommt natürlich auch der fachliche Austausch nicht zu kurz. Regelmäßig finden Supervisionen und Interventionen statt.

### Medizinisch bestens vernetzt

Daneben besteht eine hervorragende Zusammenarbeit mit verschiedenen Haus-, Fach-, und Konsiliarärzten sowie Krankenhäusern der Umgebung. Für eine optimale medizinische Betreuung gerade in schwierigen Situationen arbeiten wir eng mit den psychiatrischen Fachkliniken in Göttingen zusammen.



» Was dem Einzelnen nicht möglich ist,  
das schaffen viele. «

FRIEDRICH WILHELM RAIFFEISEN



» Tu erst das Notwendige,  
dann das Mögliche, und  
plötzlich schaffst du das  
Unmögliche. «

FRANZ VON ASSISI



## Das Beschäftigungs- und Service-Angebot: vielseitig und individuell

Ob gemeinsamer Ausflug in die Umgebung, Kochen in unserer Therapieküche, bei der Gartenarbeit oder beim Werkeln in der Werkstatt: Unser Beschäftigungsangebot macht den Bewohnern nicht nur richtig Spaß, sondern fördert ihre Ressourcen und ihre sozialen Kompetenzen auf vielfältige Weise.

### Ausflüge

In der nahen Umgebung gibt es vieles zu entdecken.

### Feste

Schöne Momente sorgen für schöne Erinnerungen – und stärken das Gemeinschaftsgefühl.

### Kochen

Zusammen nicht lange um den heißen Brei rühren: das geht in unserer Therapieküche.

### Werkstatt

Sehen, was die eigenen Hände alles schaffen können.

### Ergotherapie

Für sichere Bewegungsabläufe und ein sicheres Auftreten.

### Gartenarbeit

Vom Pflanzen bis hin zum Unkraut jäten: In unserem parkähnlichen Garten – und drum herum – können sich unsere Bewohner einbringen.

### Arbeitstherapiegruppe

Vorbereitung für die Arbeit in Behinderten-Werkstätten.

### Ferienfreizeiten

Einmal jährlich raus aus der Routine, rein in einen schönen Urlaub – natürlich unter der Berücksichtigung des individuellen Krankheitszustandes.

# Unser Wohnheim im Überblick

---

- Wohnheim mit 67 Plätzen (vollstationär), Einzel- und Doppelzimmer, alle mit eigenem Bad und WC, teilweise mit Balkon, Radio-, TV- und Kabelanschluss sowie 24-Stunden-Notrufsystem
- WLAN kostenpflichtig zubuchbar
- ruhige Lage am Stadtrand Göttingens
- gute Verkehrsanbindung ins Zentrum
- weitläufiges, parkähnliches Außengelände mit altem Baumbestand
- freundlich gestaltete Aufenthalts- und Gemeinschaftsräume
- Werkstatt
- Therapieküche
- eigene Therapiekonzepte für Bewohner mit seelischer Behinderung
- Tagesstrukturierung, Training von Alltagsfähigkeiten
- multiprofessionelles Betreuungsteam
- Betreuung durch Konsiliararzt
- breites Angebot an Ergotherapie im Haus
- Hausbesuche für physiotherapeutische Behandlungen
- Vollpension, im Einzelfall Eigenversorgung möglich
- zahlreiche gestalterische, kulturelle und bewegungsorientierte Gruppenangebote
- Ausflüge, Feste und Einkaufsfahrten
- Ferienfreizeit



 Schauen Sie  
doch mal rein

und vereinbaren Sie  
unter Telefon 0551 5057-0  
einen Termin.

---



Stand: Dezember 2020



Wohnheim für Menschen mit seelischer Behinderung bei der Pro Seniore Residenz Posthof  
Groner Landstraße 75 · 37081 Göttingen · Telefon 0551 5057-0 · Fax 0551 5057-515  
goettingen.posthof@pro-seniore.com · www.pro-seniore.de