

## Kontakt



**Ambulantes Therapiezentrum Heidberg  
Ergotherapie Ochsenzoll**  
Ein Zentrum der Asklepios MVZ Nord GmbH  
Essener Straße 97 • 22419 Hamburg  
Tel.: +49 151-74119443  
Termine nach Vereinbarung

### Ansprechpartnerinnen



**N. Freudenberg**  
n.freudenberg@asklepios.com



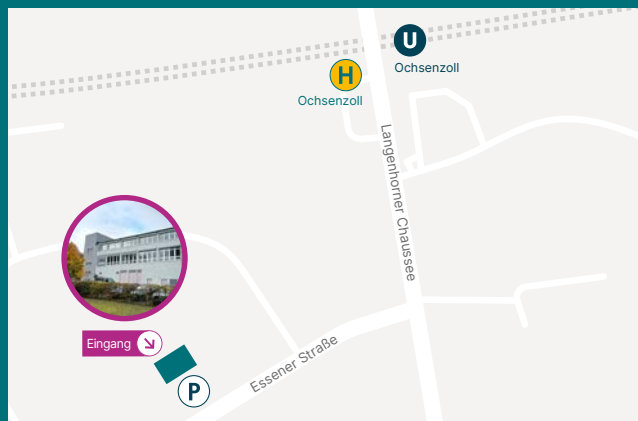
**M. Linsenbarth**  
ma.linsenbarth@asklepios.com

## Anfahrt



**Ihr Weg zu uns:**  
U1 oder Bus 292 bis Ochsenzoll,  
dann 400 m zu Fuß bis Essener Straße

**Parkmöglichkeiten:**  
Kostenlose Parkmöglichkeiten vor Ort



PATIENTENINFORMATION

# AMBULANTE ERGOTHERAPIE

für den Fachbereich Psychiatrie



## WAS BEDEUTET ERGOTHERAPIE?

Der Begriff Ergotherapie stammt aus dem Griechischen und besagt so viel wie: Genesung durch Handeln. Ergotherapeut:innen helfen und begleiten Menschen jeden Alters, die aufgrund von Krankheit, Behinderung oder Alter in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt sind und Schwierigkeiten bei alltäglichen Aufgaben haben.

Ergotherapie zielt darauf ab, die größtmögliche Selbstständigkeit im Alltag zu erlangen.

Der Schwerpunkt am Standort Ochsenzoll ist die Behandlung von **Patient:innen mit psychischen Erkrankungen ab dem 15. Lebensjahr.**

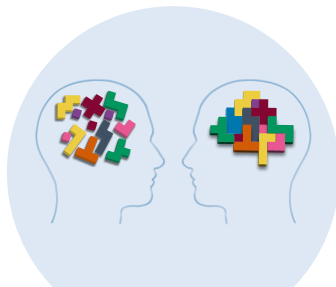
Unser therapeutisches Angebot richtet sich sowohl an chronisch erkrankte Menschen als auch an Menschen, die sich zurzeit in einer vorübergehenden psychischen Krise befinden.

**Häufige psychiatrische Erkrankungen sind:** Angst- und Zwangsstörungen, Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen, Depressionen, Burnout, Schizophrenie, Belastungs- und Anpassungsstörungen



„Auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, kann man Schönes bauen.“

Johann Wolfgang von Goethe



## THERAPIEANGEBOTE

- Handwerkliche und gestalterische Methoden
- Achtsamkeit und Entspannung
- Training von Alltagsfertigkeiten
- Ergotherapeutische Einzel- und Gruppentherapie
- Kognitives Training
- Therapie in Anlehnung an das DBT-Konzept
- **Sportgruppe**, speziell für Menschen mit psychischen Erkrankungen
- **Neurofeedback**



## THERAPIEZIELE

- Stabilisierung von psychischen Grundleistungsfähigkeiten wie Antrieb, Motivation, Konzentration, Ausdauer und Belastbarkeit
- Verbesserung sozioemotionaler Fähigkeiten (situationsgerechtes Verhalten, Interaktionsfähigkeit)
- Steigerung von Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl
- Verbesserung der Körperwahrnehmung und Wahrnehmungsverarbeitung
- Förderung der Selbstständigkeit in der Selbstversorgung und Alltagsbewältigung

Ergotherapie findet auf ärztliche Verordnung hin statt.

## MAßNAHMEN

- Einzel- oder Gruppentherapie
- Psychisch-funktionelle Behandlung
- Hirnleistungstraining