



# Brücke zwischen Krise und Alltag

Ein Ort, der Menschen eine Brücke zwischen  
Krise und Alltag bietet.

In Form einer Tagesstruktur und  
Begegnungsstätte.

## Kernidee:

Durch gemeinsame Erfahrungen in der Natur und im Garten finden Menschen zu ihrer inneren Orientierung, Kraft und Handlungsfähigkeit.

## Zielgruppen:

- Menschen in Krise, die ein ambulantes Angebot nutzen möchten, das ihnen Struktur und Orientierung im Alltag gibt.
- Menschen, die neue Lebensperspektiven suchen und die Bereitschaft mitbringen, sich den persönlichen Herausforderungen zu stellen.
- Menschen, die auf dem Weg aus ihrer Krise die Natur als helfende Kraft nutzen möchten.

Die „Brücke“ eignet sich als Ergänzung zu bestehender ärztlicher und/oder therapeutischer Begleitung.

## Einzigartig und nachhaltig:

- Kleine, geschützte und unabhängige Tagesstätte (1-3 Personen) unter fachkundiger, professioneller Begleitung.
- Individualisierte Planung und Gestaltung des Aufenthaltes unter Miteinbezug der Bedürfnisse und Ressourcen der Beteiligten.
- Frei wählbare Kadenz (zwischen 1-5 Tagen pro Woche) wie auch frei wählbare Dauer (zwischen 3-16 Wochen).
- Möglichkeit, das eigene Helfernetz oder andere Fachkräfte mit einzubeziehen.

## Tagesstruktur:

Gemeinsames Erfassen der aktuellen Befindlichkeit, woraus sich das Tagesprogramm individuell ableitet:

- Praktische Tätigkeit: Gartenarbeit, gemeinsam kochen, backen, einmachen...
- Körperliche Natur-Erfahrungen: Gehen, bewegen, sitzen, staunen, lauschen...
- Kreatives Arbeiten mit den Händen: Malen, Arbeit mit Ton und Speckstein
- Begleitendes Gespräch, Transfer in den Alltag

**Standort der „Brücke“:**

Ellenwis 3, 8133 Esslingen (ZH). Die Ellenwis liegt zwischen Esslingen und Mönchaldorf, 550m von der Bushaltestelle Lieburg. Esslingen (Lieburg) liegt 18km von Zürich HB entfernt. Mit dem ÖV ist es in 36 Min über Uster und mit dem Auto in 20 Min zu erreichen. Ellenwis ist umgeben von einem grossen Garten mit einem herrlichen Blick in die Berge.

**Anmeldung und Kosten:**

Bitte rufen Sie mich an. Gerne stelle ich Ihnen dann mein Angebot im Detail vor und erfahren gleichzeitig von Ihnen, welche Erwartungen Sie an meine Begleitung haben. Je nach Nutzung des Angebotes ergibt sich der Stundenansatz.

**Aufnahme:**

Im Aufnahmegespräch werden gemeinsam Ziele für den Aufenthalt formuliert.

**Kontakt:**

Brücke zwischen Krise und Alltag

Katharina Kupper

Ellenwis 3

8133 Esslingen, Tel. 079/ 364 97 91

Mail: k.kupper@bluewin.ch

[www.brueckenangebot.jimdofree.com](http://www.brueckenangebot.jimdofree.com)

[www.einsichtzuraussicht.jimdofree.com](http://www.einsichtzuraussicht.jimdofree.com)

**Leiterin der „Brücke“:**

Katharina Kupper, geboren 1970

- Dipl. Fussreflexzonen-Therapeutin
- Dipl. Sozialpädagogin
- Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin
- Dipl. Bäuerin



Ich bin auf einem Bauernhof aufgewachsen; dies hat mich eng mit dem Boden, der Natur und der Tierwelt verbunden. Menschen in Krisen sind mir durch mein ganzes Leben begegnet. So habe ich Erfahrungen gesammelt in der Begleitung von Krebspatienten, traumatisierten Kindern /Jugendlichen und Menschen, die eine Krankheit oder ein Burnout hatten.