



Brücke zwischen Krise und Alltag

Ein Projekt initiiert von Katharina Kupper
und Denise Lischer

Kern-Idee: Brücke zwischen Krise und Alltag

Wir schaffen einen Begegnungsort, in dem ambulante Therapieangebote, ein gemeinsamer Alltag, Rückzug in Stille, Bewegung in der Natur und kreative Gestaltungsmöglichkeiten Raum finden und sich gegenseitig in einem fortwährenden Kreislauf von Geben und Nehmen, Tun und Lassen befruchten.

Das Haus liegt in einer Landschaft, die seinen Gästen Weite und gleichzeitig Geborgenheit vermittelt. Es bietet Menschen, die in ihrer Lebenssituation herausgefordert sind, einen kreativen Schutzraum, so dass sie sich den belastenden Fragen/Nöten stellen und Lösungswege finden können.

Getragen und begleitet wird das Projekt von einer Therapeutengemeinschaft. Diese pflegt einen strukturierten Alltag, der eine wohltuende, ordnende Atmosphäre erzeugt und in Zeiten von Krise und Neuorientierung den notwendigen Halt vermittelt. Stille und Erholung, sowie die therapeutische Arbeit verbinden sich mit sinnvollen Alltagsaufgaben wie Kochen, Tätigkeiten im Garten oder auch handwerklichen Möglichkeiten. Die handfesten Tätigkeiten dienen der Integration der persönlichen Erkenntnisse.

Das gemeinschaftliche Tun ermöglicht die Erfahrung eines selbstverständlichen Miteinanders mit anderen Menschen. Die Freiräume laden zur Begegnung mit sich selbst ein. Die Gäste werden dadurch unterstützt, allmählich bei sich und in ihrem Leben anzukommen und ihre Ressourcen neu zu entdecken. Vielleicht erkennen Sie dann auch das Geschenk ihrer Krise und gehen mit neuem Mut und neuen Visionen in ihr Leben hinaus.

Die Befähigung des Menschen, sein Leben persönlich zu gestalten, hat gesundheitsfördernde und krankheitspräventive Wirkung.

Wir sind da für:

- Menschen, die in einem Übergang stehen und hierfür einen passenden Raum suchen.
- Menschen mit Erschöpfungszuständen/ Lebenskrisen, die bereit sind, sich ihrer Situation zu stellen und sie als Angebot für eine innere Entwicklung zu verstehen.
- Sensible Menschen, die in eine Überforderungssituation geraten sind und ein reizarmes Umfeld brauchen, um wieder Stabilität und Schutz aufbauen zu können.
- Wiedererlangung der Arbeitsfähigkeit nach einer schweren Erkrankung.

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.

Angebote

- **Tagesstruktur in gelebter Gemeinschaft:** Stille, praktische Alltagstätigkeiten, körperlich-sinnliche Natur-Erfahrungen, kreatives Gestalten, Kulturelle Hausangebote
- **Therapieformen:** Psychotherapie, Systemische Aufstellungsarbeit, Atem-Körperarbeit
- **Gruppenangebote:** Atemgruppe, Naturerlebnis-Seminare
- Zusammenarbeit mit externen Therapeuten
Unsere Arbeit findet unter ärztlicher Supervision statt.

Abgrenzungen: Wir nehmen keine Klienten mit Psychosen, Alkohol- und Drogenabhängigkeit, Suizidalität, Selbst- und Fremdgefährdung oder körperlicher Pflegebedürftigkeit.

Initiantinnen

Katharina Kupper

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



Denise Lischer

- Lic. phil. Psychologin FSP
- Dipl. Psychotherapeutin OIP
- Dipl. Atemtherapeutin ATLPS



Kontakt

Katharina Kupper

Ellenwis 3

8133 Esslingen, Tel. 079/ 364 97 91

Mail: k.kupper@bluewin.ch

www.brueckenangebot.jimdofree.com

www.einsichtzuraussicht.jimdofree.com