

## Und was man sonst noch so wissen sollte ...

Der **BlitzableiterRat** trifft sich...

-das nächste Mal am 17.04.2018 um 16.30 Uhr wieder. Wenn Sie liebe Blitzbesucher, ein Anliegen haben, dann sprechen Sie die Mitglieder vom BlitzableiterRat an!

**Das Kompetenzspiel**– Spielend neue Freu(n)de finden!

Spielerisch werden emotionale und soziale Kompetenzen gefördert; Psychoedukation durch abwechslungsreichen Gesprächsaustausch.

04. u. 18.4. von 10.30 Uhr– 11.30 Uhr im Blitz nur mit Anmeldung!

Den **Blitzableiter-Veranstaltungskalender** finden SIE in unserem Gemeinschaftsraum an der Pinnwand. Bitte tragen SIE sich für die Veranstaltungen verbindlich ein oder melden Sie Ihre Zusage telefonisch in der Anmeldung an.

## Sozialpsychiatrischer Fachbereich

Für Fragen außerhalb der Öffnungszeiten sowie telef. Anmeldung :

**Haus der Diakonie 03731-482-100**

**Email: [kobs@diakonie-freiberg.de](mailto:kobs@diakonie-freiberg.de)**



SIE FINDEN UNS AUCH IM  
WEB:

[WWW.DIAKONIE-FREIBERG.DE](http://WWW.DIAKONIE-FREIBERG.DE)

Zum Fachbereich gehört außerdem:

### **Ambulant betreutes Wohnen (ABW) für Menschen mit psychischer Erkrankung:**

Dieses Angebot richtet sich an Erwachsene, die aufgrund einer psychischen Erkrankung Unterstützung bei der Bewältigung ihres Alltags benötigen. Durch das ABW sollen die KlientInnen nach einer individuellen Hilfeplanung ihre eigenen Stärken erkennen, wieder nutzen und somit mehr Eigenverantwortung übernehmen.

Inhalte der begleitenden Arbeit: > Beratungsgespräche  
> regelmäßige Hausbesuche  
> bei Bedarf Begleitung zu Ämtern, Behörden etc.  
> tagesstrukturierende Angebote

**Sprechzeit:** Mittwoch 8.00 Uhr bis 9.30 Uhr und nach Vereinbarung (Tel.: 03731/482212)

**„Es ist gut, sich aus den Verhältnissen herauszulösen, die einem die Luft nehmen.“**

Paula Modersohn-Becker

# „Blitzableiter“ Blatt April 2018

## DER OFFENE TAGESTREFF FÜR ERWACHSENE MIT PSYCHISCHER BELASTUNG

Psychosoziale Kontaktstelle  
Wernerstr. 3 (am Busbahnhof)  
09599 Freiberg

Telefon: 03731-218175

### Öffnungszeiten

Montag 11-16 Uhr  
Dienstag 16-20 Uhr  
Donnerstag 11-20 Uhr  
Samstag 11-15 Uhr  
+ Sondertermine

### Themen bzw. Sondertermine in dieser Ausgabe

- *Der Blitzrat tagt am 17.4.2018 um 16.30 Uhr im Tagestreff*
- *Töpfern: 19.4.—4 h/20.4.—8 h*
- *Frühjahrsputz im Blitz: 17.4. bis 21.4.2018*
- *Am 2.4. und 30.4. bleibt der Blitz geschlossen.*



## Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PsKB)

Die **Beratungsstelle** bietet Menschen, die sich in einer Krise befinden oder psychisch erkrankt sind, denen eine solche Erkrankung droht und deren Angehörigen Beratungshilfe an.

In der Einzelberatung erhalten Sie Unterstützung und Hilfe zur Selbsthilfe in stabilisierenden und orientierenden Gesprächen.



Postanschrift:  
Haus der Diakonie  
Petersstr. 44  
09599 Freiberg

### Beratungszeiten:

Die.: 9-12 Uhr  
14-19 Uhr  
Do.: 9-12 Uhr  
Fr.: 10-12 Uhr

### **Blitzableiter:**

Vielfältige Gruppenangebote mit Anregungen für den Alltag machen Gemeinschaft erlebbar. Es gibt offene und geschlossene Freizeit-Bildungs-Begegnungsgruppen sowie Selbsthilfegruppen (SHG), in denen sich die Teilnehmer gegenseitig unterstützen.

**MONTAG****11.00 Uhr–16.00 Uhr****KochZeit**

Gemeinsam planen,  
einkaufen, vorbereiten  
und gemeinsam essen!  
11-14 Uhr

**Singen (16.4.)**

Gemeinsam Musizieren  
14– 15 Uhr

**NADA-  
Ohrakupunktur**

14-15 Uhr  
Nur nach einem Vor-  
gespräch bei Fr. Hun-  
ger (Termin über die  
Anmeldung)

**Lesezirkel (16.4.)**

Lesezirkel in gewohnter  
Weise—das Thema wird  
noch bekannt gegeben.

**Bildungsangebot**

Am Montag, den  
**16.4.** um 15.30 Uhr  
gibt es im Blitzablei-  
ter einen Vortrag zu  
**Elsa Brändström.**  
Die Humanistin aus  
Schweden leitete bis  
zu ihrer Flucht 1933  
das Kinderheim für  
Kriegswaisen in Neu-  
sorge bei Mittweida.

**DIENSTAG****16.00 Uhr-20.00 Uhr**

**TANZE, ALS  
SCHAUE NIEMAND  
ZU. LIEBE, ALS  
SEIST DU NIE  
VERLETZT  
WORDEN. SINGE,  
ALS OB DICH  
NIEMAND HÖRE.  
LEBE DEIN LEBEN,  
ALS SEI ES DER  
HIMMEL AUF  
ERDEN. M. TWAIN**

**Offene Zeit**

Die Nachmittags- und  
Abendstunden können SIE  
frei gestalten: Reden, Musik  
hören, Spiele, Tischtennis  
und Dart

Was fällt IHNEN sonst noch  
ein? Ein gemeinsamer Kino-  
besuch ... ist natürlich eben-  
so möglich!

**Bowlinggruppe  
(10.04.2018)**

Treffpunkt: im „Alt-  
stadtbowling“ - Gerber-  
passage—Herr Hege-  
wald gibt sein Ab-  
schiedsspiel

15.30-17.00 Uhr

**Künstlerisch aktiv  
(am 17.04.2018)**

15.30-17.30 Uhr  
im Blitzableiter!

**Wieder ein neues Angebot für Sie: „Entdecken Sie das  
Naheliegende beim Spazieren!“**

Im 14-tägigen Rhythmus können Sie am Freitag-  
Vormittag ab 10.00 Uhr an einem 2-stündigen  
Spaziergang teilnehmen, wenn Sie Ihre geplante  
Teilnahme bis zum Dienstag vorher im Blitz-  
Kalender eingetragen haben.

**April: 13. und 27.4.2018—Treff 10 Uhr am Blitz**



**DONNERSTAG 11.00 Uhr–20.00 Uhr****KochTraining:**

unter fachlicher Anleitung einfache Gerichte für jeden zaubern lernen.

11.00-14.00 Uhr

**Offene Gesprächsgruppe**

**(12./26.04.)**

Jeder Teilnehmer kann seine Themen einbringen. Die Gruppe arbeitet vertraulich und anonym.  
16.00–17.00 Uhr

**Fahrradwerkstatt (19.04.)**

Ab 17 Uhr können unter fachlicher Anleitung Räder repariert werden.

**SHG Querdenker (05. u. 19.04.)**

Die querdenkenden Redaktionsmitglieder besprechen Texte, layouten und planen nächste Aktivitäten.

15.30-17.30 Uhr

Wer Interesse hat, kann gern einmal vorbeischauen.

**WENN ICH MIT  
OFFENEN AUGEN  
BETRACHTHE, WAS  
DU, MEIN GOTT,  
GESCHAFFEN  
HAST, BESITZE  
ICH HIER SCHON  
DEN HIMMEL.**

**HILDEGARD VON  
BINGEN**

**Der Töpferkeller** ist am Donnerstag, den **19.4.** ab 16.00 Uhr und am Freitag, den **20.4.** ab 8.00 Uhr und 12.00 Uhr für jeweils **4 h** geöffnet. (Sa.: kein Töpfern!) Bei Interesse bitte anmelden!

**SAMSTAG 11.00 Uhr - 15.00 Uhr** Achtung besondere Angebote!**07.04.2018:  
Bowling:**

wer mitspielen will, trägt sich bitte im Blitz-Kalender ein und ist um 11.00 Uhr an der Altstadtbowlingbahn. Bitte Turnschuhe mit heller Sohle mitbringen!

**14.04.2018:**

Der **Wanderrucksack** wird geschnürt; bitte achten Sie auf den Aushang dazu im Blitz!

**21.04.2018:**

11.00–15.00 Uhr

Die Frühjahrsputzwoche wird mit einem Putzeinsatz am Sonnabend beendet!

**28.04.2018**

Herzliche Einladung zur Radtour ab 10.00 Uhr! (Siehe Aushang im Blitzableiter!)