

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

Der **BlitzableiterRat** trifft sich...

-das nächste Mal am 17.07.2018 um 16.30 Uhr wieder. Wenn Sie liebe Blitzbesucher, ein Anliegen haben, dann sprechen Sie die Mitglieder vom BlitzableiterRat an!

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

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

11. u. 25.7. 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 Juli 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

*Liebe Blitz-Besucher,*

*in den Sommermonaten werden wir nur jeden zweiten Sonnabend im Blitz ein Angebot vorhalten.*

*Falls Sie sich aber in einer kleineren Gruppe zusammenfinden und die Räumlichkeiten nutzen wollen, kann dies mit uns abgesprochen werden.*

*Wir wünschen Ihnen einen angenehmen sonnigen Juli!*



## 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 (9./23.7.)**

Gemeinsam Musizieren  
14– 15 Uhr

**NADA-  
Ohrakupunktur**

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

**Lesezirkel (16.07.)**

Lesezirkel in gewohnter  
Weise—ein „sonniges“  
Thema:

„Nefertiti-Tochter der  
Sonne“

**Bildungsangebot  
(23.7.2018)**

Das Bildungsangebot  
im Juli setzt sich mit  
der Stadtsanierung von  
Freiberg auseinander.  
„Die Stadtsanierung—  
eine Erfolgsgeschichte“  
Treff um 15.30 Uhr am  
Blitz zum Spaziergang  
durch die sanierte Alt-  
stadt!

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

**DIE NATUR  
IST EIN SEHR  
GUTES  
BERUHIGUNGS-  
MITTEL.**

ANTON TSCHÉCHOW

**Offene Zeit**

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

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

**Bowlinggruppe  
(10.07.2018)**

Treffpunkt: im „Alt-  
stadtbowling“ - Gerber-  
passage  
15.30-17.00 Uhr

**Künstlerisch aktiv  
(am 17.07.2018)**

15.30-17.30 Uhr  
im Blitzableiter!

**Unser Angebot für Sie: „Entdecken Sie das Nahelie-  
gende beim Spazieren!“**

Sie können an einigen Freitag-Vormittagen ab 10.00  
Uhr an einem 2-stündigen Spaziergang teilnehmen,  
wenn Sie Ihre geplante Teilnahme bis zum Dienstag  
vorher im Blitz-Kalender eingetragen haben.

**Juli: 06. und 20.7.2018—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 (5./19.7.)**

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

**Fahrradwerkstatt ( hat Urlaub!)**

In diesem Monat hat der Werkstattleiter Urlaub, weshalb der Fahrradkeller geschlossen bleibt.

**SHG Querdenker (12. u. 26.7.)**

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

15.30-17.30 Uhr

Wer Interesse hat, kann gern einmal vorbeischauen.

**WER DIE FREUDE  
BIS AUF IHREN  
GRUND  
AUSKOSTET, DER  
BERÜHRT GOTT.**

*ANSELM GRÜN*

**SAMSTAG 11.00 Uhr - 15.00 Uhr** Achtung besondere Angebote!**Sa., der 07.07.2018:**

11.00 Uhr Treff am Schwanenschlösschen zum **Gondeln**; bei Interesse bitte unbedingt anmelden.

**Sa., der 14.7.2018**

Bleibt der Blitz geschlossen!

**Sa., der 21.07.2018:**

Ab 9.30 Uhr ist der Blitz für Sie geöffnet, kommen Sie zum gemeinsamen Frühstück ... vielleicht im Blitzgarten!?

**Sa., der 28.07.2018:**

Bleibt der Blitz geschlossen!