

Der **Blitzableiter-Rat** trifft sich am **21.04. 2020 um 16.30 Uhr** wieder. Wenn Sie, liebe Blitzbesucher, ein Anliegen haben, dann sprechen Sie die Mitglieder vom BlitzableiterRat an!

Kompetenzgruppe—

Spielend neue Freu(n)de finden!
Spielerisch werden emotionale und soziale Kompetenzen gefördert; Konzentrationsübungen oder Psychoedukation durch abwechslungsreichen Gesprächsaustausch.

05. u. 19.02. von 10.30 Uhr—11.30 Uhr im Blitz - nur mit Anmeldung!

Den **Blitzableiter-Veranstaltungs-kalender** 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.

NadaOhrakupunktur im Blitzableiter möglich:

Nur nach einem Vorgespräch bei Fr. Hunger (Termin über die Anmeldung)

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle:

Für Fragen außerhalb der Öffnungszeit sowie telefonische Anmeldung :

Haus der Diakonie 03731-482-100

Email: kobs@diakonie-freiberg.de



SIE FINDEN UNS AUCH IM
WEB:

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 u. regelmäßige Hausbesuche
> bei Bedarf Begleitung zu Ämtern, Behörden etc.
> tagesstrukturierende Angebote

Sprechzeit: nach Vereinbarung (Tel.: 03731/482212)

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

Paula Modersohn-Becker

„Blitzableiter“ Blatt Februar 2020

DER OFFENE TAGESTREFF FÜR ERWACHSENE MIT PSYCHISCHER BELASTUNG

Psychosoziale Kontaktstelle
Wernerstr. 3 (am Busbahnhof)
09599 Freiberg

Telefon: 03731-218175

Öffnungszeiten

Montag 11.00 - 16.00 Uhr
Dienstag 16.00 - 20.00 Uhr
Donnerstag 11.00 - 20.00 Uhr
Samstag 11.00 - 15.00 Uhr
+ Sondertermine

Themen bzw. Sondertermine in dieser Ausgabe:

Das „**Sägewerk**“ ist ein neues Angebot im Blitz und richtet sich an alle handwerklich Interessierten, die gerne mit Holz arbeiten. In der Blitzwerkstatt können Laubsägearbeiten gemacht werden. Gute Werkzeuge und ausreichend Sperrholz sind vorhanden. Sie werden freundlich angeleitet und können ganz in Ruhe arbeiten. **Im Februar hat das „Sägewerk“ am Dienstag, den 4.2. ab 16.15 Uhr geöffnet!**



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:

Termine nach individueller Absprache unter der Telefonnummer:
03731/482100

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 (03. u. 17.02.)**

Gemeinsames Musizieren
(14-15 Uhr)

**NADA-
Ohrakupunktur**

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

**Bildungsangebot:**

Am Montag, den **17.02.**
treffen wir uns um **15.30**
Uhr zum **Spaziergang** auf
dem Gelehrtenpfad: **Welche**
Geistesgrößen lebten
und arbeiteten in unse-
rer Stadt! Startpunkt: Blitz

DIENSTAG**16.00 Uhr - 20.00 Uhr**

**WER FLIEGEN
WILL, MUSS DEN
MUT HABEN, DEN
BODEN ZU
VERLASSEN.**

WALTER LUDIN

Offene Zeit Die Nachmittags-
und Abendstunden können SIE frei
gestalten: Reden, ihre Musik hören,
spielen, aktiv sein bei Tischtennis
und Dart.

Was fällt IHNEN sonst noch ein? Ein
gemeinsamer Kinobesuch ... ist na-
türlich ebenso möglich!

**Offene Gesprächsgruppe am
18.2.: 16.15 Uhr**

Jeder Teilnehmer kann seine The-
men einbringen. Die Gruppe arbei-
tet vertraulich und anonym.

**Blitz-Sägewerk: am 4.2. um
16.15 Uhr** kann wieder im Blitz-
"Sägewerk" gearbeitet werden.
Herzlich Willkommen!

Bowlinggruppe

11.02.2020 Treffpunkt:
„Altstadtbowling“ 15.30-
17.00 Uhr

Künstlerisch aktiv...

können Sie wieder am **18.**
und 25.02. um 15.30
Uhr werden.



„Achtsames Malen“ - eine entspannte Form
des aufmerksamen und angenehmen Arbeitens
mit Farben und Formen auf unterschiedlichen
Malgründen! Dazu laden wir Sie ein.

Mittwoch: am 12. u. 26.02. um 13.00 Uhr

DONNERSTAG 11.00 Uhr - 20.00 Uhr**KochTraining:**

unter fachlicher Anleitung einfache Gerichte für jeden zaubern lernen.

11.00 -14.00 Uhr

Fahrradwerkstatt

Am **13. u. 27.02.** können Sie ab **17.00 Uhr** mit Hilfe und Unterstützung Fahrräder reparieren...

**SHG Querdenker (13. u. 27.02.)**

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

15.30 -17.30 Uhr

Wer Interesse hat, kann gern einmal vorbeischauen.

Im Töpferkeller

findet im Februar wieder ein **Töpferkurs** statt. Die Zeiten sind: Donnerstag, 13.02. von 16.00 bis 20.00 Uhr und Freitag, 14.02. von 8.00 bis 12.00 Uhr—hier gerne vorwiegend auch Anfänger! Bitte rechtzeitig anmelden!

**MEINE SEELE IST
STILLE ZU GOTT,
DER MIR HILFT.**

Ps 62,2

SAMSTAG 11.00 Uhr - 15.00 Uhr Achtung besondere Angebote!

Sa., der 1.2.: Für alle Käsefans gibt es **Fondue**—Beginn 11.00 Uhr...bitte **bis zum 30.1. anmelden!**

Sa., der 8.2.: wir **kochen** gesund und lecker und gehen dann—passend dazu—gemeinsam **spazieren.**

Sa., der 15.02. Töpfern ab 11.00 Uhr für Fortgeschrittene **UND 11.00 Uhr Tischtennisturnier** in der Albert-Schweizer-Schule

Sa., der 22.02.: Treffpunkt 11.00 Uhr an der **Schwimmhalle zum „Winter“baden.**

Sa., der 29.02. : 10—14.00 Uhr

Wir treffen uns mit unserem schönsten Buch, was wir 2019 gelesen haben.

