

Und was man sonst noch so wissen sollte ...

Der **Blitzableiter-Rat** trifft sich am **6. Oktober** 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.

**12./26.8. von
10.30 Uhr—11.30 Uhr**

Den **Blitzableiter-Veranstaltungskalender** finden SIE auch in unserem Gemeinschaftsraum an der Pinnwand.

Die Rückmeldung kann dort derzeit aber nicht vorgenommen werden.

NadaOhrakupunktur im Blitzableiter ist noch nicht wieder möglich!

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:

Betreutes Wohnen (WbW) 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 Betreute Wohnen 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 August 2020

DER OFFENE TAGESTREFF FÜR ERWACHSENE MIT PSYCHISCHER BELASTUNG

Psychosoziale Kontaktstelle
Wernerstr. 3 (am Busbahnhof)
09599 Freiberg

Telefon: 03731-218175

Öffnungszeiten **COVID-19**

Im Moment beachten Sie bitte die angegebenen Zeiträume, die für die Veranstaltungen festgelegt sind!

Themen bzw. Sondertermine in dieser Ausgabe:

Die Teilnehmerzahlen müssen weiterhin beschränkt bleiben. Deshalb bitten wir Sie auch weiterhin, sich unbedingt telefonisch über Frau Elze (03731/ 482213) für die Gruppen anzumelden.

Herzlichsten Dank für Ihr Verständnis und bleiben Sie gesund!



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

Vorlesecafé

für Ausgeschlafene!
am **10.08. und 24.08. um 10.00 - 11.30 Uhr** mit 6 Teilnehmern:

Hier können bei Tee oder Kaffee Lieblingsbücher oder -texte vorgestellt werden - ein guter Start in die neue Woche!



Sägewerk

am **03./17. und 31.8.**

Im Werkstattkeller können wieder Laubsägearbeiten stattfinden von **14.00 - 16.00 Uhr** für 3 Teilnehmer



Bildungsangebot

Am Montag, den **10.08.:**
Treff um 15.30 Uhr am Blitz. „Bergbau live“
Geplant ist ein **Besuch der Reichen Zeche** mit vielen interessanten Erklärungen durch Herrn Donath (maximal 10 Teilnehmer)!

DIENSTAG / Radtour am Mittwoch, den 4.8.!!!

SOBALD DU ANFÄNGST, DIR GEDANKEN DARÜBER ZU MACHEN, WAS ANDERE ÜBER DICH DENKEN, HÖRST DU AUF, DU SELBST ZU SEIN.

MERYL STREEP

Offene Gesprächsgruppe

am **11. 08. und 25.08. um 15.30 Uhr**

Sechs TeilnehmerInnen können ihre Themen einbringen. Die Gruppe arbeitet vertraulich und anonym.

Lust auf Bewegung am Mittwochvormittag? (4.8.)

Wir drehen eine **Fahrradrunde** rund um Freiberg und haben dafür 2 Stunden; kleine Pausen sind inbegriffen.

Treff: **9.30 Uhr am Blitzableiter** mit funktions- und verkehrssicherem Rad, ausreichend Getränken, etwas Proviant, witterungsgerechter Kleidung und guter Laune.

Künstlerisch aktiv...

bei Herrn Uhlig können Sie wieder am **18.08. und am 25.8. um 15.30 Uhr** werden.

Sieben KünstlerInnen können hier zusammen arbeiten!



Achtsames Malen - eine entspannte Form des aufmerksamen und angenehmen Arbeitens mit Farben und Formen auf unterschiedlichen Malgründen! Dazu laden wir 6 TeilnehmerInnen ein.
Mittwoch: den 05.08. und 19.08. um 13.00 Uhr
Parallel dazu können vier HobbykünstlerInnen töpfern.

DONNERSTAG

Sport- und Gartengruppe:

Bis zu **10** Teilnehmer/
Innen können hier im Blitzgarten
zusammenkommen; der Eingang
kann direkt über die Poststr. er-
folgen. Bei schlechtem Wetter
können wir auf die verschiedenen
Räumlichkeiten ausweichen.

**06. u. 20.08. von 15.00 -
17.00 Uhr**

**am 13. u. 27.08. von 13.00 -
15.00 Uhr**



SHG Querdenker (13.08. und 27.08.)

Die querdenkenden Re-
daktionsmitglieder be-
sprechen Texte, layou-
ten und planen nächste
Aktivitäten.

15.30 -17.30 Uhr
**Anmeldung läuft hier
über die SHG!**

**SEI FREUNDLICH
ZU BÄUMEN. SIE
SIND DAMIT
BESCHÄFTIGT,
DIE WELT ZU
RETTEN.**

UNBEKANNT

Freitag, 14.8. im Töpferkeller

findet ein eintägiger **Töpferkurs für 4 Anfänger** statt **von 8.00 bis 12.00 Uhr.**

**Bleiben Sie gesund! Wir danken Ihnen herzlich
für Ihr verständnisvolles Mittun!**

Bei schönem Wetter werden einige Gruppen auch im Blitzgarten stattfinden. Der Aufenthalt an der frischen Luft vereinfacht die Einhaltung der Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen; z. B.: Kompetenzspiel, Anfängertöpfen und das Vorlesecafé. Falls also zur geplanten Zeit keiner im Blitz ist, **immer auch im Garten nachschauen!**