

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

Der **Blitzableiter-Rat** trifft sich am **5.01.21 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.

**am 9. u. 23.12. 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](mailto:kobs@diakonie-freiberg.de)**



**SIE FINDEN UNS AUCH IM WEB:**

**[WWW.DIAKONIE-FREIBERG.DE](http://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“ Dezember 2020

### DER OFFENE TAGESTREFF FÜR ERWACHSENE MIT PSYCHISCHER BELASTUNG

Psychoziale 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 Teilnahme muss weiterhin beschränkt bleiben. Deshalb bitten wir Sie, sich telefonisch über Frau Elze (03731/ 482213) anzumelden.

Herzlichsten Dank für Ihr Verständnis und bleiben Sie gesund!



### Psychoziale 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 5 TN

für Ausgeschlafene!  
am **14.12. um 10.00 - 11.30 Uhr** mit 5 Teilnehmern:

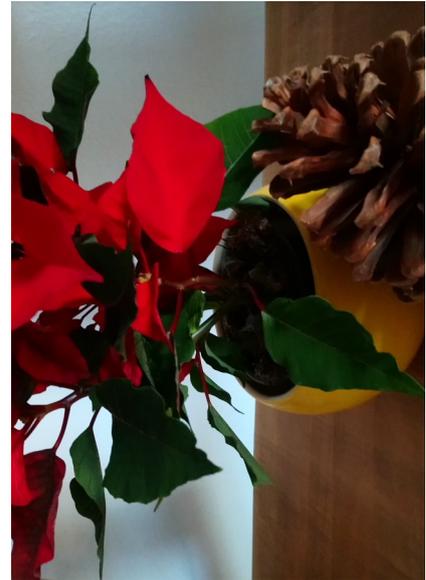
Hier können bei Tee oder Kaffee Lieblingsbücher oder -texte vorgestellt werden - ein guter Start in die neue Woche!



### Sägewerk

am **7. und 21.12.**

Im Werkstattkeller können wieder Laubsägearbeiten stattfinden **10 - 12.Uhr !!!** für 3 Teilnehmer



## DIENSTAG

**SCHENKEN  
HEIßT, EINEM  
ANDEREN ETWAS  
GEBEN, WAS MAN  
AM LIEBSTEN  
SELBST  
BEHALTEN  
MÖCHTE.**

SELMA LAGERLÖF

### Brunch-Gruppe:

1./8./15./22. und 29.12. können von **10.00 - 13.30 Uhr** 5 TeilnehmerInnen gemeinsam kochen und genießen!

### Offene Gesprächsgruppe

Am **1. und 22.12. um 15.30 Uhr** 5 TeilnehmerInnen können ihre Themen einbringen. Die Gruppe arbeitet vertraulich und anonym.

### Künstlerisch aktiv...

bei Herrn Uhlig können Sie wieder am **15.12. und am 22.12. -15.30 Uhr** werden.

5 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 5 TeilnehmerInnen ein.  
**Mittwoch: den 02.12. und 16.12. um 13.00 Uhr**



## Adventliche Nachmittage für jeweils 5 BesucherInnen von 15.30 Uhr bis 17.30 Uhr

**Montag, den 7.12.**  
**Dienstag, den 8.12.**  
**Mittwoch, den 9.12.**  
**Donnerstag, den 10.12.**  
**Montag, den 14.12.**  
**Dienstag, den 15.12.**  
**Mittwoch, den 16.12.**  
**Donnerstag, den 17.12.**



### SHG Querdenker

Die Zeitungsredaktion trifft sich im Advent wie abgesprochen!

### Termine nach dem 24.12.2020:

„Gemütlicher Jahresrückblick“

Montag, den 28.12. von 16.30—18.30 Uhr mit Feuerzangenbowle zum Kosten und Schauen

Dienstag, den 29.12. von 14.30—16.30 Uhr

Mittwoch, den 30.12. von 10.00—12.00 Uhr

**BEI EINER KERZE  
 IST NICHT DAS  
 WACHS WICHTIG,  
 SONDERN DAS  
 LICHT.**

*ANTOINE SAINT  
 EXUPERY*

### 3 Tage Töpfern (immer nur für jeweils 4 TN): „letzte Chance auf selbstkreierte Weihnachtsgeschenke“

Do., 17.12. von 16 - 20 Uhr

Fr., 18.12. von 8 - 12 Uhr

Sa., 19.12. von 10 - 14 Uhr

### Am Freitag, den 11.12. trifft sich eine Entspannungsgruppe (5 TN):

kommen sie bitte 10.00—12.00 Uhr mit bequemer Kleidung, bringen sie warme Socken, eine Decke und—wenn sie es wünschen - ein kleines Kissen mit.

**Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest und ein GESUNDES neues Jahr!**

**Blieben Sie zuversichtlich! Wir danken Ihnen herzlich für Ihr verständnisvolles Mittun!**