

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

### BlitzableiterRat

**...trifft sich am  
16.07.2024 um  
16.00 Uhr wieder!**

Geben sie den Blitzratmitgliedern ihre Ideen, Kritiken und Anmerkungen mit!



**Um Ihre verbindliche Rückmeldung wird jetzt bei Veranstaltungen gebeten, wo es z.B. die Raum – oder Materialplanung notwendig machen (im Plan mit \* gekennzeichnet)!**

**Die Rückmeldeliste** finden Sie in unserem Gemeinschaftsraum an der Pinnwand.

**Vielen Dank.**

**„Jeder Tag ist schön, an dem du glücklich bist.  
Mögest du viele schöne Tage haben.“**

Irischer Segensspruch

## Zum Fachbereich der PsKB 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 Klient\*innen nach einer individuellen Hilfeplanung ihre eigenen Stärken erkennen, wieder nutzen und somit mehr Eigenverantwortung übernehmen.

Inhalte der begleitenden Arbeit:

- > Beratungsgespräche und regelmäßige Hausbesuche
- > bei Bedarf Begleitung zu Ämtern, Behörden etc.
- > tagesstrukturierende Angebote

**Termine nach Vereinbarung (Tel.: 03731/ 482 200)**

### Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

**Für Fragen und Informationen**

**außerhalb der Öffnungszeiten sowie telefonische Anmeldung:**

Haus der Diakonie 03731-482-100 oder

Email: kobs@diakonie-freiberg.de



**Diakonisches Werk  
Freiberg e.V.**

## Programm Mai 2024

Dieser Monatsplan informiert Sie regelmäßig über das Angebot des Offenen Tagestreffs der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle (PsKB) des Diakonischen Werkes Freiberg e.V.

**Kommen Sie vorbei!  
Wir freuen uns auf Sie!**



### Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PsKB) für Menschen mit psychischen Problemen und Angehörige

In der **Beratungsstelle** in der Petersstraße 44 in Freiberg erhalten Menschen, die sich in einer Krise befinden oder psychisch erkrankt sind und deren Angehörige Beratung und Hilfe. Auch helfen wir, wenn sich eine solche Erkrankung „ankündigt“.

In Einzelberatungen bekommen Sie Unterstützung und Hilfe zur Selbsthilfe in stabilisierenden und orientierenden Gesprächen.



**Haus der Diakonie Beratungsstelle**  
Petersstr. 44  
09599 Freiberg  
Termine nach individueller Absprache unter der  
Telefonnummer: 03731 482 100

Im „Blitzableiter“, dem **Offenen Tagestreff für Erwachsene mit psychischer Belastung**, finden vielfältige Gruppenangebote mit Anregungen für den Alltag statt. Gemeinschaft wird erlebbar.

Es gibt offene und geschlossene Freizeit-, Bildungs-, Begegnungsgruppen sowie Selbsthilfegruppen (SHG), in denen sich die Teilnehmer gegenseitig unterstützen.



**Psychosoziale Kontaktstelle und  
Offener Tagestreff**  
Wernerstr. 3 (am Busbahnhof)  
09599 Freiberg  
Telefonnummer: 03731 218175

**MONTAGS**

AM 20.5. BLEIBT DER BLITZ ZU

**Gemeinsames Singen**  
06.05., 14.00 –  
15.00 Uhr

**Die Techniksprech-  
stunde (z. Bsp. für  
Fragen rund um Han-  
dyeinstellungen)...**  
13.05. von  
15.30 - 16.30 Uhr

**Sägewerkstatt ist  
von:**  
16.00 - 17.30 Uhr  
an jedem Montag offen.

**Bildungsangebot**

**13.05. Bildungsange-  
bot:** wir begeben uns  
auf Entdeckerspur und  
erfahren viel zum Berg-  
bau und zur Stadtge-  
schichte (Treff 15.30 Uhr  
am Blitz)

**Lesekaffee**

**27.05., 14.00 Uhr**  
...für Freund\*innen der  
Gemütlichkeit!

Fahrradreparaturen in  
der Werkstatt bitte  
**Dienstag und Donnerstag**

**DIENSTAGS**

**Dienstags ist offener  
Nachmittag**  
15.00 - 18.30 Uhr  
**mit Gesprächsgruppe:\***  
am 21.05. um 15.45  
Uhr

**Frühstück:\***  
14.05. um 9.30 Uhr

AUSNAHME am 28.05.:  
**Tischtennisturnier \*** in  
der Albert-Schweitzer-  
Schule **ab 15.30 Uhr!**  
(an diesem Nachmittag  
bleibt der Blitz geschlos-  
sen, nur die Kreativgrup-  
pe trifft sich im Blitz.)

**Künstlerisch aktiv  
und kreativ sein:**

am **14. und 28.05.**  
ab **15.30 Uhr**

Bei schönem Wetter ist  
am Dienstag, den  
**14.05. auf alle Fälle  
ein gemeinsamer  
Garteneinsatz ge-  
plant** und viele fleißi-  
ge Helfer werden er-  
wartet!

**MITTWOCHS**

**Happy Painting**  
08. und 29.05. um 13.00  
Uhr

...mit frohen Farben und  
Formen in entspannter  
Runde!

**Parallel dazu: Töpfern für  
Fortgeschrittene \***

**Achtsamer Spa-  
zierungang**

am 22.05. um  
9.30–11.30 Uhr

Treff am Blitz zum  
achtsamen Spa-  
zierungang bei **Wind**  
und **Wetter!**



**Am Mittwoch, den 15.05.2024 findet der Tag der Ge-  
meindepesychiatrie in Waldheim statt; wenn Sie sich  
dafür interessieren, beachten Sie bitte die Aushänge  
im „Blitzableiter“!!!**

## DONNERSTAGS

**Am 9.05.2024 bleibt der Blitzableiter geschlossen!**

**Gesundes Kochen zur Mittagszeit**  
11.00 - 14.00 Uhr

**Offenes Angebot mit Sport, Spiel & mehr...**  
von 15.00 - 18.30 Uhr

### Außerdem:

„Irre oder der Hahn ist tot!“(- Dokumentarfilm)\* am **02.05.2024 ab 16.00 Uhr** im Blitz

### **Seidenmalen:\***

**16.05.** um **15.30 Uhr** Es wird unter Anleitung Seide bemalt.

**Am 30.05.2024 berichtet ab 16.30 Uhr** ein Blitzbesucher vom **Ägypten-Urlaub in**

**„DENKE IMMER DARAN, DASS ES NUR  
EINE WICHTIGE ZEIT GIBT:  
HEUTE. HIER. JETZT.“**  
LEO N. TOLSTOI

**Redaktionssitzung  
Betroffenenzeitschrift  
„DurchBlick“**  
**23.05., 15.30 Uhr**  
Treffen des Redaktionsteams

### **Bowling \***

**16.05. ab 15.45 Uhr**  
an der  
Altstadtbowlingbahn  
(mit Turnschuhen)



## WEITERE TOLLE VERANSTALTUNGEN

### **Entspannungsgruppe\***

**Freitag, am 03.05.** von **10.00 - 11.30 Uhr**

### **Schwimmen im Johannisbad\***

**Freitag, 10.05.** **11.00 - 13.00 Uhr**

### **Heilsame Übungen durch Yoga\***

**Freitag, am 17.05.** von **10.30–11.30 Uhr**

**Garteneinsätze:** sind so oft wie möglich / nötig während der Blitz-Öffnungszeiten, und alle sind herzlich eingeladen mit zu tun und den schönen Garten mit zu nutzen!

### **Töpfertag\***

**Freitag, 10.05.**

8.00–12.00 Uhr

Gemeinschaftsarbeit  
(gemischt)

UND

12.30–15.30 Uhr

Anfänger