

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

BlitzableiterRat

...trifft sich im Oktober wieder!

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



„Man sollte nicht Zeitvertreib, sondern Zeitgenuss sagen.“

Jean Paul

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.

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 August 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

Gemeinsames Singen
05.08., 14.00 –
15.00 Uhr

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

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

Bildungsangebot

19.08. Treff um 15.30
Uhr am Blitz:

Wir spazieren gemeinsam mit der Bergstadtkönigin den neuen **Silberweg**, wo Kunst auf Silberstadt-Erlebnis trifft.

Lesekaffee

26.08., 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 Gesprächsgrup-
pe:*
am 06. u. 20.08. um
15.45 Uhr

Frühstück:*
27.08. um 9.30 Uhr

ACHTUNG am 27.08.:
Tischtennis und mehr
Sport nach Belieben im
BLITZGARTEN ab 15.00
Uhr! Alternativ darf im
 Garten gearbeitet werden!
ACHTUNG ev. auch
in der ASS ... Aushang
beachten!

Künstlerisch aktiv
und kreativ sein:
 am **13. und 27.08.**
 ab **15.30 Uhr**

MITTWOCHS

Happy Painting*
07.08. um 13.00 Uhr
 ...mit frohen Farben und
 Formen in entspannter
 Runde!

Parallel dazu: Töpfern für
Fortgeschrittene *

Achtsamer Spa-

ziergang
am 21.08. Treff um
9.00 Uhr vor der
Jakobikirche



DONNERSTAGS

Gesundes Kochen zur Mittagszeit

11.00 - 14.00 Uhr

Offenes Angebot mit Sport, Spiel & mehr...

von 15.00 - 18.30 Uhr

Außerdem:

Seidenmalen:*

29.08. um 15.30 Uhr: Es wird unter Anleitung Seide bemalt.

Bei schönem Wetter wird die Kaffee—Spiele—Runde natürlich wieder in den Garten verlegt; hier kann nebenbei auch gerne und jederzeit für das Wohl auf den schönen Pflanzbeeten gesorgt werden. Die Tischtennisplatte kann jederzeit aufgebaut werden. Und auch ein gegrilltes Abendbrot kann rechtzeitig geplant und vorbereitet werden!

**„WAS NÜTZEN DIR LIEBE, GLÜCK,
BILDUNG, REICHTUM, WENN DU DIR
NICHT DIE ZEIT NIMMST, SIE IN
MUßE ZU GENIEßEN?“**

EMILIE VON GLEICHEN-RUßWURM

Redaktionssitzung Betroffenenzeitschrift „DurchBlick“

08. / 22.08., 15.30 Uhr

Treffen des Redaktionsteams

Bowling *

22.08. ab 15.45 Uhr an der
Altstadtbowlingbahn
(mit Turnschuhen)

Töpfern *

15.08. ab 15.00 Uhr



WEITERE TOLLE VERANSTALTUNGEN

Entspannungsgruppe* Freitag, am 02.08. um 10.30 Uhr

Heilsame Übungen durch Yoga*

Freitag, am 09.08. von 10.30—11.30 Uhr

Töpfertag*

Freitag, 16.08. 10.00—15.00 Uhr in der Töpferwerkstatt

Schwimmen im Johannisbad*

Freitag, 23.08. 11.00 - 13.00 Uhr