

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

### BlitzableiterRat

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

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



**„Heiterkeit ist die Mutter von Einfällen.“**

Marquis de Vauvenargues

**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 Oktober 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**  
**07.10., 14.00 –**  
**15.00 Uhr**

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

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

### Bildungsangebot

**Am 21.10., 15.30 Uhr**  
 Vortrag im Blitz: „5 Jahre  
 Weltkulturerbe Montanre-  
 gion Erzgebirge“

### Lesekaffee

**28.10., 14.00 Uhr**  
 ...für Freund\*innen der  
 Gemütlichkeit!

**28.10., 15.30 Uhr Tisch-**  
**tennisturnier in der Al-**  
**bert-Schweitzer-**  
**Schule \***

Fahrradreparaturen in  
 der Werkstatt bitte  
**Dienstag und Donnerstag**  
**am Nachmittag!**



## DIENSTAGS

**Dienstags ist offener**  
**Nachmittag** (außer am  
 29.10.)  
**15.00 - 18.30 Uhr**

**mit Gesprächsgrup-**  
**pe:\***  
**am 01. und 15.10. um**  
**15.45 Uhr**

**Frühstück:\***  
**15.10. um 9.30 Uhr**

**Entspannungsgruppe\***  
**am 22.10. um 10.30**  
**Uhr**

**Tischtennisturnier** ist  
 am MONTAG (28.10.) -  
**deswegen bleibt der**  
**Blitz am 29.10. nach-**  
**mittags zu—nur der**  
**Blitzrat trifft sich an**  
**diesem Nachmittag!**

**Heilsame Übungen**  
**durch Yoga\***

**29.10. von 10.30—**  
**11.00 Uhr**

**Künstlerisch aktiv**  
**und kreativ sein:**  
 am **08.10.**  
 ab **15.30 Uhr**

**Triolog** in der Diako-  
 nie FG (Petersstr.)  
**am 22.10. um 16.30**  
**Uhr; der Blitz bleibt**  
**an diesem Tag zu!**

## MITTWOCHS

**Happy Painting\***  
**09. und 30.10. um 13.00**  
**Uhr**

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

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



## DONNERSTAGS

### Gesundes Kochen zur Mittagszeit

11.00 - 14.00 Uhr

### Offenes Angebot mit Sport, Spiel & mehr...

von 15.00 - 18.30 Uhr

### Außerdem:

#### Seidenmalen:\*

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

An den Donnerstagen: 03.10.2024 (Tag der Deutschen Einheit) und 31.10.2014 (Reformationstag) bleibt der Blitzableiter geschlossen!

**„DEN PULS DES EIGENEN HERZENS  
FÜHLEN. RUHE IM INNEREN, RUHE IM  
ÄUßERN. WIEDER ATEMHOLEN  
LERNEN, DAS IST ES.“  
CHRISTIAN MORGENSTERN**

### Redaktionssitzung Betroffenenzeitschrift „DurchBlick“

10. / 24.10., 15.30 Uhr

Treffen des Redaktionsteams

### Bowling \*

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



## WEITERE TOLLE VERANSTALTUNGEN

### Töpfertag\*

Am Freitag, den 11.10. um 9.00—12.00 Uhr treffen sich die **Fortgeschrittenen** in der Töpferwerkstatt, von 12.30-15.30 Uhr sind die **Anfänger** besonders eingeladen!

### Schwimmen im Johannisbad\*

Freitag, 25.10. um 11.00 - 13.00 Uhr