

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

### BlitzableiterRat ...trifft sich im Januar 28.1.2025 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.**

„Die großen GEDANKEN kommen aus dem HERZEN.“

Marquis de Vauvenargues

## 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 Dezember 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**  
**02.12., 14.00 –**  
**15.00 Uhr**

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

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

**Lesekaffee**  
**23.12., 14.00 Uhr**  
 ...für Freund\*innen der  
 Gemütlichkeit!

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

**DIENSTAGS**

**Dienstags ist offener**  
**Nachmittag**  
**15.00 - 18.30 Uhr**  
**mit Gesprächsgruppe:\***  
 am 17.12. um 15.45  
 Uhr

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

**Entspannungsgruppe\***  
 am 17.12. um 10.00  
 Uhr

**Adventsfeier\*** am  
**3.12. um 14.30 Uhr**  
 (siehe Aushang)

**Am 24.12. bleibt**  
**der Blitz geschlos-**  
**sen.**

**Silvesterbrunch\***  
 am **31.12. um 10.00**  
**Uhr** im Blitzableiter

**Künstlerisch aktiv**  
**und kreativ sein:**  
 am **10.12.**  
 ab **15.30 Uhr**

**MITTWOCHS**

**Happy Painting\***  
**4.12. und 18.12. um**  
**13.00 Uhr**  
 ...mit frohen Farben und  
 Formen in entspannter  
 Runde!

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

**Kompetenzspiel**  
**18.12. um 10.30**  
**Uhr**

**Gedächtnistraining**  
**11.12. um 10.30**  
**Uhr**



**DONNERSTAGS**

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

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

**Außerdem:**

**Weihnachtliches Festessen\*** am **26.12.**  
um **12.00 Uhr**

**Vorausschau! Feuerzangenbowle\*** zum  
Genießen am **2.1.2025 ab 15.00 Uhr**  
**(Am 2.1. ist der Blitz mittags zu!)**

**„ERST WENN WEIHNACHTEN IM  
HERZEN IST, LIEGT WEIHNACHTEN  
AUCH IN DER LUFT.“**  
WILLIAM TURNER ELLIS

**Redaktionssitzung**  
**Betroffenenzeitschrift**  
**„DurchBlick“**

**12.12., 15.30 Uhr**  
Treffen des Redaktionsteams

**Bowling \***

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

**WEITERE TOLLE VERANSTALTUNGEN**

**Schwimmen im Johannisbad\*** am Freitag, den **13.12.** um **11.00 Uhr**

**Töpfern\***

**Am Freitag, den 20.12.** um 10.00—14.30 Uhr

**Heilsame Übungen durch Yoga\*** zwischen den Jahren

**27.12. von 10.00—11.00 Uhr**