

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

### BlitzableiterRat ...trifft sich im Juli 2025 um 16.00 Uhr wieder!

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



„Glück entsteht oft durch Aufmerksamkeiten in kleinen Dingen.“ Wilhelm Busch

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

**Die Rückmelde**liste 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 Mai 2025

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.

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.



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



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

**MONTAGS**

**Gemeinsames Singen**  
**05.05.2025, 14.00 –**  
**15.00 Uhr**

**Die Techniksprech-**  
**stunde (z. Bsp. für**  
**Fragen rund um Han-**  
**dyeinstellungen)...**  
**12.05.2025 von**  
**15.30 - 16.30 Uhr**

**Tischtennis-Turnier\*:**  
**Am 05.05.2025 um**  
**15.30 Uhr** in der Al-  
 bert-Schweitzer-Schule  
 (mit Turnschuhen)

**DIENSTAGS**

**Dienstags ist offener**  
**Nachmittag**  
**15.00 - 18.30 Uhr**  
**mit Gesprächsgrup-**  
**pe:\* am 13.5.2025**  
**um 15.45 Uhr**

Zugunsten des TT-Turnier  
 am Montag, bleibt der  
 Blitz am 06.05.2025 zu!

**MITTWOCHS**

**Happy Painting\***  
**07.05.2025 um 13.00**  
**Uhr, am 28.05. um 14.00**  
**Uhr**

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

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

**Bildungsangebot**

**Am 19.05., 15.30 Uhr**  
 Bei einem Vortrag im  
 Blitz geht es um Gottfried  
 Silbermann.

**Lesekaffee**

**26.05.2025, 14.00 Uhr**  
 ...für Freund\*innen der  
 Gemütlichkeit eine Stun-  
 de im Lesekaffee.

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

**Frühstück:\***

**06.05.2025 um 9.30**  
**Uhr**

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

**06.05.2025 von**  
**10.00–11.00 Uhr**

**Entspannungsgruppe\***

**am 20.5.2025 um**  
**10.00 Uhr**

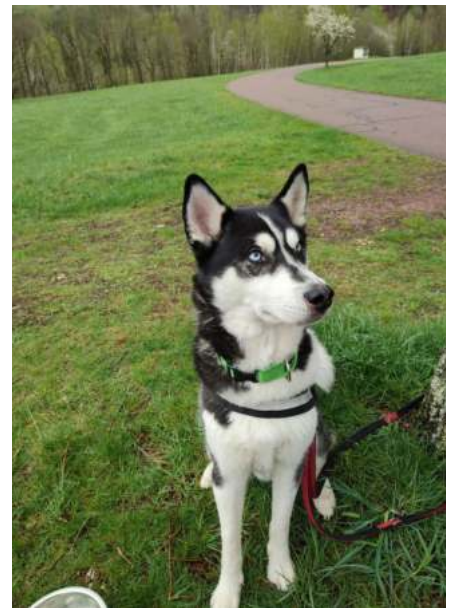
**Achtsamer Spaziergang**  
**oder bei schlechtem Wetter**  
**Kompetenzspiel:**

**07.05.2025 um 10.00 Uhr**

**Gedächtnistraining**

**14.05.2025 um 10.30 Uhr**

**Tag der Gemeindepsychi-**  
**atrie am 21.05.2025 ab**  
**13.00 Uhr im Ausbil-**  
**dungszentrum Bobritzsch**  
**(Siehe auch Aushänge**  
**und Flyer!)**



**Künstlerisch aktiv**  
**und kreativ sein:**  
 am **13.05.2025** und  
**27.05.2025**  
 ab **15.30 Uhr**



## DONNERSTAGS

**Am 01.05. und 29.05.2025 bleibt der Blitz geschlossen!**

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

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

### Außerdem:

kann am **08.05.2025** nachmittags gemeinsam eine bevorstehende **Radtour geplant** werden.

Am **15.05.2025** treffen sich **die Hobbytöpfer\*innen (Anfänger und Fortgeschrittene)** zum **Töpfern\*** gerne schon ab **13.00 Uhr**—im Vordergrund steht die **Gemeinschaftsarbeit**, deswegen auch etwas mehr dafür Zeit dafür einplanen.

**„UNSERE GRÖßTEN ERLEBNISSE SIND  
NICHT DIE LAUTESTEN, SONDERN  
UNSERE STILLSTEN STUNDEN.“**

JEAN PAUL

**Redaktionssitzung  
Betroffenenzeitschrift  
„DurchBlick“**

**08. / 22.05.2025, 15.30  
Uhr**

Treffen des Redaktionsteams

**Bowling \***

**08.05.2025 ab 15.45 Uhr**

an der  
Altstadtbowlingbahn  
(mit Turnschuhen)



## WEITERE TOLLE VERANSTALTUNGEN

**Wanderung in den Mai:** am 02.05.2025 siehe Aushang und Anmeldung im Blitz!

**Gartenpflege mit selbstmitgebrachtem Picknick\*** am 09.05.2025 um 12.00 Uhr bis 15.00 Uhr! Fleißige Helfer\*innen und Hobbygärtner\*innen sind herzlich eingeladen.

**Töpfern\*** Am Freitag, den 16.05.2025 um 9.00—14.00 Uhr treffen sich die **Fortgeschrittenen** in der Töpferwerkstatt—im Vordergrund steht die Gemeinschaftsarbeit!

**Schwimmen im Johannisbad\***

Freitag, 23.05.2025 um 11.00 - 13.00 Uhr

**Gartenpflege und gemütliche Mittagsrunde\*** am 23.05.2025: Beginn 9.30 Uhr bis 13.30 Uhr

**Christl. Gesprächskreis** am Freitag, den 23.05.2025 um 15.00 Uhr im Blitz