

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

BlitzableiterRat

...trifft sich im 28. Oktober 2025 um 16.00 Uhr 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 Oktober 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.



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
06.10.2025, 14.00 –
15.00 Uhr

Tischtennisturnier in der Albert-Schweizer-Schule*
am 13.10.2025, 15.30 Uhr (Turnschuhe mitbringen!)

Die Techniksprechstunde (z. Bsp. für Fragen rund um Handyeinstellungen)...
13.10.2025 von 15.30 - 16.30 Uhr

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

Bildungsangebot 20.10., 15.30 Uhr am Blitz: auf dem Plan steht der gemeinsame Besuch der Firma „Saxonia“ auf der Chemnitzer Straße (mit der Messgeräteausstellung)

Lesekaffee
27.10.2025, 14.00 Uhr
...für Freund*innen der Gemütlichkeit eine Stunde im Lesekaffee.

**DIENSTAGS**

Dienstags ist offener Nachmittag
15.00 - 18.30 Uhr
mit **Gesprächsgruppe*** am 07. und 21.10.2025 um 15.45 Uhr

Heilsame Übungen durch Yoga und Entspannung*
14.10.2025 von 10.00–11.00 Uhr

Frühstück:*
21.10.2025 um 9.30 Uhr

Am 14.10. nachmittags bleibt der Blitz zugunsten des vorangegangenen Tischtennisturniers geschlossen!

Künstlerisch aktiv und kreativ sein:
am 14. und 28.10.2025 ab 15.30 Uhr

MITTWOCHS

Happy Painting*
01. u. 22.10. um 13.00 Uhr
...mit frohen Farben und Formen in entspannter Runde!
Parallel dazu: Töpfern für Fortgeschrittene *

Triolog am 01.10.2025 um 16.30 Uhr in der Petersstr. 46 „Hilfe durch Selbsthilfe“ (siehe Flyer)

Gedächtnistraining:
08.10.2025 um 10.30 Uhr

Achtsamer Spaziergang bzw. bei schlechtem Wetter Kompetenzspiel am 15.10.2025 um 10.00 Uhr

Tierheimbesuch* am 15.10.2025; Treff um 15.30 Uhr am Tierheim



DONNERSTAGS

Gesundes Kochen zur Mittagszeit
11.00 - 14.00 Uhr

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

Außerdem:

Am **09.10.2025** treffen sich **die Hobbytöpfer*innen (Anfänger und Fortgeschrittene) zum Töpfern* um 15.00 Uhr.**

Redaktionssitzung
Betroffenenzeitschrift
„DurchBlick“

09. / 23.10.2025, 15.30
Uhr

Treffen des Redaktionsteams

Bowling *

16.10.2025 ab 15.45 Uhr

an der
Altstadtbowlingbahn
(mit Turnschuhen)

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

CHRISTIAN MORGENSTERN

**WEITERE TOLLE VERANSTALTUNGEN**

Töpfern* am Freitag, den 10.10.2025 um 9.00—14.00 Uhr treffen sich die **Fortgeschrittenen** in der Töpferwerkstatt!

Christl. Gesprächskreis am Freitag, den 10.10.2025 um 15.00 Uhr im Blitz

Schwimmen im Johannisbad*
Freitag, 17.10.2025 um 11.00 - 13.00 Uhr