

„Blitzableiter“ Blatt Februar 2018

DER OFFENE TAGESTREFF FEBRUAR 2018 FÜR ERWACHSENE MIT PSYCHISCHER BELASTUNG

Psychosoziale Kontaktstelle
Wernerstr. 3 (am Busbahnhof)
09599 Freiberg

Telefon: 03731-218175

Öffnungszeiten

Montag 11-16 Uhr
Dienstag 16-20 Uhr
Donnerstag 11-20 Uhr
Samstag 11-15 Uhr
+ Sondertermine

Herzlichen Dank für das entgegengebrachte Verständnis und die Unterstützung während der Renovierungsarbeiten im Tagestreff!

Inzwischen steht wieder alles an Ort und Stelle, und die Zimmer im Blitzableiter sind strahlend hell. Wir freuen uns mit Ihnen über die gelungene Umgestaltung und wünschen Ihnen hier viele entspannte Stunden.



Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PsKB)

Die **Beratungsstelle** bietet Menschen, die sich in einer Krise befinden oder psychisch erkrankt sind, denen eine solche Erkrankung droht und deren Angehörigen Beratungshilfe an. In der Einzelberatung erhalten Sie Unterstützung und Hilfe zur Selbsthilfe in stabilisierenden und orientierenden Gesprächen.



Haus der Diakonie
Petersstr. 44
09599 Freiberg

Beratungszeiten:

Die.: 9-12 Uhr
14-19 Uhr
Do.: 9-12 Uhr
Fr.: 10-12 Uhr

Vielfältige Gruppenangebote mit Anregungen für den Alltag machen Gemeinschaft erlebbar. Es gibt offene und geschlossene Freizeit-Bildungs-Begegnungsgruppen sowie Selbsthilfegruppen (SHG), in denen sich die Teilnehmer gegenseitig unterstützen.

Blitzableiter:

MONTAG**11.00 Uhr–16.00 Uhr****KochZeit**

Gemeinsam planen,
einkaufen, vorbereiten
und gemeinsam essen!
11-14 Uhr

**Singen (5./19.2.)**

Gemeinsam Musizieren
14– 15 Uhr

**NADA-
Ohrakupunktur**

14-15 Uhr
Nur nach einem Vor-
gespräch bei Fr. Hun-
ger (Termin über die
Anmeldung)

Lesezirkel (12.2.)

...mit Freiburger Ge-
schichten!

Unsere Heimat im Spie-
gel der Literatur

Bildungsangebot

Am 19.02.2018
kommt
Frau Dr. Schettelich
in den Blitzableiter
zum Thema
„Orgel und Poesie“!

Beginn: 15.30 Uhr

DIENSTAG**16.00 Uhr-20.00 Uhr**

**EIN HEIßES BAD
ERFRISCHT DEN
KÖRPER, EIN
HEIßER TEE DEN
GEIST.**

JAPANISCHE WEISHEIT

Offene Zeit

Die Nachmittags- und
Abendstunden können SIE
frei gestalten: Reden, Spie-
le, Tischtennis und Dart

Was fällt IHNEN sonst noch
ein? Ein gemeinsamer Kino-
besuch ... ist natürlich eben-
so möglich!

(06.02.2018)

Treffpunkt: im „Alt-
stadtbowling“ - Gerber-
passage

15.30-17.00 Uhr

Künstlerisch aktiv**(am 20.02.2018)**

15.30-17.30 Uhr
im Blitzableiter!

Bowlinggruppe**Unsere Theatergruppe kann beginnen:**

Am Dienstag, den 13.2.2018 um 16.30 Uhr starten
wir mit den ersten kleinen Übungen in unserer
Theatergruppe.



DONNERSTAG 11.00 Uhr–20.00 Uhr**KochTraining:**

unter fachlicher Anleitung einfache Gerichte für jeden zaubern lernen.

11.00-14.00 Uhr

Offene Gesprächsgruppe

(1./15.02.)

Jeder Teilnehmer kann seine Themen einbringen. Die Gruppe arbeitet vertraulich und anonym.
16.00–17.00 Uhr

Fahrradwerkstatt (15.02.)

Ab 17 Uhr können unter fachlicher Anleitung Räder repariert werden.

SHG Querdenker (08. u. 22.02.)

Die querdenkenden Redaktionsmitglieder besprechen Texte, layouts und planen nächste Aktivitäten.

15.30-17.30 Uhr

Wer Interesse hat, kann gern einmal vorbeischaun.



**AN GOTTES
HAND
KANNST DU
IMMER WIE-
DER NEU
ANFANGEN.**

Kurt Scherer

SAMSTAG 11.00 Uhr - 15.00 Uhr Achtung besondere Angebote!**10.02.2018:**

Liebe Wanderfreunde, wir starten um 9:30 Uhr am Blitz und wollen durch Friedeburg in den Stadtwald zum Waldcafé, wo wir eine gemeinsame Stärkung einnehmen.

Herzlich Willkommen zur Wanderung!

17.02.2018:

Es erwartet Sie ein **sportlicher Vormittag!**

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Turnschuhe mit!

24.02.2018**Bowling:**

wer mitspielen will, trägt sich bitte im Blitz-Kalender ein und ist um 11.00 Uhr an der Altstadtbowlingbahn. Bitte Turnschuhe mit heller Sohle mitbringen!

Und was man sonst noch so wissen sollte ...

Der **BlitzableiterRat** trifft sich...

-das nächste Mal am 17.04.2018 um 16.30 Uhr wieder. Wenn Sie liebe Blitzbesucher, ein Anliegen haben, dann sprechen Sie die Mitglieder vom BlitzableiterRat an!

Das Kompetenzspiel— Spielend neue Freu(n)de finden!

Spielerisch werden emotionale und soziale Kompetenzen gefördert; Psychoedukation durch abwechslungsreichen Gesprächsaustausch. 07. u. 21.2. von 10.30 Uhr—11.30 Uhr im Blitz nur mit Anmeldung!

Den **Blitzableiter-Veranstaltungskalender** finden SIE in unserem Gemeinschaftsraum an der Pinnwand. Bitte tragen SIE sich für die Veranstaltungen verbindlich ein oder melden Sie Ihre Zusage telefonisch in der Anmeldung an.

Sozialpsychiatrischer Fachbereich



Für Fragen außerhalb der Öffnungszeiten sowie telef. Anmeldung :

Haus der Diakonie 03731-482-100

Email: kobs@diakonie-freiberg.de

SIE FINDEN UNS AUCH IM
WEB:

WWW.DIAKONIE-FREIBERG.DE

Zum Fachbereich gehört außerdem:

Ambulant betreutes Wohnen (ABW) 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 ABW sollen die KlientInnen nach einer individuellen Hilfeplanung ihre eigenen Stärken erkennen, wieder nutzen und somit mehr Eigenverantwortung übernehmen.

Inhalte der begleitenden Arbeit: > Beratungsgespräche
> regelmäßige Hausbesuche
> bei Bedarf Begleitung zu Ämtern, Behörden etc.
> tagesstrukturierende Angebote

Sprechzeit: Mittwoch 8.00 Uhr bis 9.30 Uhr und nach Vereinbarung (Tel.: 03731/482212)

„Es ist gut, sich aus den Verhältnissen herauszulösen, die einem die Luft nehmen.“

Paula Modersohn-Becker