

Und was man sonst noch so wissen sollte ...

Der **BlitzableiterRat** trifft sich...im Januar 2019 wieder. Wenn Sie, liebe Blitzbesucher, ein Anliegen haben, dann sprechen Sie die Mitglieder vom BlitzableiterRat an!

Im Frühjahr 2019 wird ein neuer BlitzableiterRat gewählt; wer hat Lust zur Mitarbeit?

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

Spielerisch werden emotionale und soziale Kompetenzen gefördert; Konzentrationsübungen oder Psychoedukation durch abwechslungsreichen Gesprächsaustausch.

7./ 28.11. 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

„Blitzableiter“ Blatt November 2018

DER OFFENE TAGESTREFF 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

Themen bzw. Sondertermine in dieser Ausgabe:

ACHTUNG! ACHTUNG! Der Blitz bleibt am Dienstag, den 6.11. geschlossen, dafür ist am nächsten Tag (7.11.) ein Ausflug nach Dresden geplant, wo im Programmkino Ost um 18.00 Uhr der Film „4 Könige“ gezeigt wird; diese Vorstellung besuchen wir gemeinsam. **BITTE HINWEISE BEACHTEN, UNBEDINGT FAHR- und KINO-GELD EINPLANEN und IM BLITZ ANMELDEN!!!**



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.



Postanschrift:
Haus der Diakonie
Petersstr. 44
09599 Freiberg

Beratungszeiten:

Die.: 9-12 Uhr
14-18 Uhr
Do.: 9-12 Uhr
Fr.: 10-12 Uhr

Blitzableiter:

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.

MONTAG

11.00 Uhr - 16.00 Uhr

KochZeit

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



Singen (12. & 26.11.)

Gemeinsam Musizieren
14- 15 Uhr

NADA- Ohrakupunktur

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



Bildungsangebot

Am **12.11.2018** tref-
fen sich alle bildungs-
hungrigen Blitzbesu-
cher um **15.30 Uhr**,
um gemeinsam die
**Weihnachtsausstel-
lung zum Thema
„Adventskalender“**
in der Universitäts-
bibliothek zu besu-
chen.

DIENSTAG

16.00 Uhr-20.00 Uhr

**WO KAFFEE
SERVIERT WIRD,
DA IST ANMUT,
FREUNDSCHAFT
UND
FRÖHLICHKEIT.**

ANSARI DJERZERI HANBALL
ABD-AL-KADIR

Offene Zeit Die Nachmittags-
und Abendstunden können SIE
frei gestalten: Reden, ihre Musik
hören, Spiele, Tischtennis und
Dart

Was fällt IHNEN sonst noch ein?
Ein gemeinsamer Kinobesuch ...
ist natürlich ebenso möglich!

Offene Gesprächsgruppe am 20.11.: 16.15 Uhr

Jeder Teilnehmer kann seine
Themen einbringen. Die
Gruppe arbeitet vertraulich
und anonym.

Bowlinggruppe (13.11.2018)

Treffpunkt: im „Alt-
stadtbowling“

15.30-17.00 Uhr

Künstlerisch aktiv

... können Sie am 20.11.
ab 15.30 Uhr werden.



„Achtsames Malen“ - eine entspannte Form
des aufmerksamen und angenehmen Arbeitens
mit Farben und Formen auf unterschiedlichen
Malgründen! Dazu laden wir Sie zweimal
mittwochs (7./28.11.) um 13.00 Uhr ein!

DONNERSTAG 11.00 Uhr - 20.00 Uhr**KochTraining:**

unter fachlicher Anleitung einfache Gerichte für jeden zaubern lernen.

11.00 -14.00 Uhr

Fahrradwerkstatt

Am 22.11. können Sie ab 17.00 Uhr unter fachmännischer Anleitung Ihr Rad im Fahrradkeller reparieren.

**SHG Querdenker (08. u. 22.11.)**

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

15.30 -17.30 Uhr

Wer Interesse hat, kann gern einmal vorbeischauen.

Im Töpferkeller ist im November kein Töpferkurs geplant; zu den Zeiten, wo die Werkstatteleiterin im Tagestreff arbeitet, können Fortgeschrittene gerne an begonnenen Werkstücken weiterarbeiten. Bitte sprechen Sie bei Bedarf Frau Elze an!

Unser Angebot für Sie: „Entdecken Sie das Naheliegende beim Spazieren!“

Sie können an einem Freitag ab 10.00 Uhr an einem Spaziergang teilnehmen, wenn Sie Ihre geplante Teilnahme bis zum Dienstag vorher im Blitz-Kalender eingetragen haben.

16.11.2018—Treff 10 Uhr am Blitz

**DES MENSCHEN
HERZ ERDENKT
SICH SEINEN
WEG; ABER DER
HERR ALLEIN
LENKT SEINEN
SCHRITT.**

SPR. 16,9

SAMSTAG 11.00 Uhr - 15.00 Uhr Achtung besondere Angebote!**Sa., der 03.11.2018:**

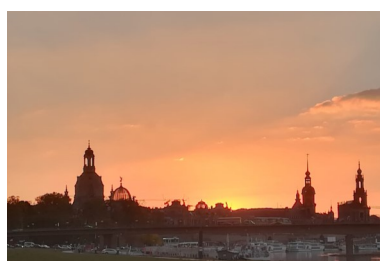
Tag der offenen Werkstatt für Menschen mit Behinderung ab 8.00 Uhr; es gibt Führungen in der WfbM sowie in altbekannter Weise auch eine Mittagsversorgung vor Ort zu moderaten Preisen

Sa., der 10.11.2018:

Tischtennisturnier in der Albert-Schweizer-Schule; ab 11.00 Uhr/mitzubringen: saubere Turnschuhe, leichte Sportkleidung und pers. Getränke!

Sa., der 17.11.2018

„Auf die Plätzchen - fertig—los“ ... herzlich willkommen zum Anfertigen von Adventsgebäck für den Blitz bzw. für sich selbst auch ein Portionchen!

**Sa., den 24.11.18:**

Herbstzeit ist Lesezeit! Kommen Sie mit Ihrem Lieblingsbuch in den Blitz und lassen Sie andere an dieser Literatur teilhaben!

WICHTIGE HINWEIS!!!

Unsere **Adventsfeier** findet am **04.12.** ab 15 Uhr in der Pfarrgasse statt.

Bitte unbedingt bis 23.11. anmelden!!!