

Und was man sonst noch so wissen sollte ...

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

Im März 2019 wird ein neuer BlitzableiterRat gewählt; wir hoffen auf gute Wahlbeteiligung!

Kompetenzgruppe– Spielend neue Freu(n)de finden!

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

13. u. 27.2. 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.

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle:

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](http://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 u. 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-Becke

„Blitzableiter“ Blatt Februar 2019

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:

Am Montag, den 11.2.2019 ist in der Petersstr. 44 um 9.30 Uhr die **Ausstellungseröffnung** mit gemalten Werken von Herrn Lorenz sowie Bildern vom „Achtsamen Malen“. Interessierte sind herzlich eingeladen!

Außerdem trifft sich zum ersten Mal in diesem Jahr die **Urlaubsgruppe: Am Donnerstag, den 14.2.2019 um 17.30 Uhr im Tagestreff „Blitzableiter“**; wer also mitplanen, organisieren und mitfahren will, finde sich in dieser Gruppe pünktlich mit ein!



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:

Termine nach individueller Absprache unter der Telefonnummer:
03731/482100

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 (4./18.2.)**

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 4.2.2019 können Sie
„Die Automobilgeschichte
Sachsens“ spielerisch ken-
nenlernen! Beginn ist wie
immer um 15.30 Uhr! Herz-
lich Willkommen!

DIENSTAG**16.00 Uhr-20.00 Uhr**

**LEBENSKÜNSTLER
IST, WER SEINEN
SOMMER SO
ERLEBT, DASS ER
IHM NOCH DEN
WINTER WÄRMT.**

ALFRED POLGAR

Offene Zeit Die Nachmittags-
und Abendstunden können SIE
frei gestalten: Reden, ihre Musik
hören, spielen, aktiv sein bei
Tischtennis und Dart.

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

**Offene Gesprächsgruppe
am 12. u. 26.2.: 16.15 Uhr**

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

Bowlinggruppe

(12.2.2019) Treffpunkt: im
„Altstadtbowling“ 15.30-
17.00 Uhr

Künstlerisch aktiv... kön-
nen Sie am **19.2.** 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 (6. u. 22.2.) 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

Die Fahrradwerkstatt „meldet sich zurück“!!! Am 14.2. ab 17.00 Uhr können mit Hilfe und Unterstützung Fahrräder repariert werden.

**SHG Querdenker (14.u. 28.2.)**

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

15.30 -17.30 Uhr

Wer Interesse hat, kann gern einmal vorbeischauen.

14.2. um 17.30 Uhr 1. Treffen der Urlaubsgruppe!

Der Töpferkeller ist am Donnerstag, den **7.2.** ab 16.00 Uhr für **Anfänger** und am Freitag, den **8.2.** ab 8.00 Uhr für **Fortgeschrittene** jeweils **4 h** geöffnet. Bei Interesse bitte anmelden!

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.

15.2.2019—Treff 10 Uhr am Blitz

**SUCHT MICH, SO
WERDET IHR
LEBEN.**

AUS AMOS 5,4

SAMSTAG 11.00 Uhr - 15.00 Uhr Achtung besondere Angebote!**Sa., der 2.2.2019:**

Der Blitzableiter ist von 10.00 bis 14.00 Uhr geöffnet; bitte beachten sie diesbezüglich auch eventuelle Aushänge!

Sa., den 9.2.19:

11.00-15.00 Uhr

Töpfern im Blitzableiter; bei Interesse bitte unbedingt anmelden!

**Sa., der 16.2.2019**

Treff ist um 11.00 Uhr am Johannesbad in Freiberg für alle begeisterten Schwimmer...und wie besprochen kann sich ein kleiner Spaziergang anschließen!

Sa., 23.2.2019—11.00 Uhr

Heute wird gesund gekocht und wenn es das Wetter zulässt, gehen wir im Anschluss spazieren!