

## 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. 21.3. von 10.30 Uhr– 11.30 Uhr im Blitz nur mit Anmeldung!

### Den **Blitzableiter-Veranstaltungs-**

**kalender** 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 Öffnungszeit sowie telef. Anmeldung :

**Haus der Diakonie 03731-482-100**

**Email: [kobs@diakonie-freiberg.de](mailto: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  
> 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

*Wir wünschen allen Besuchern der Kontakt- und Beratungsstelle ein frohes Osterfest!*

# „Blitzableiter“ Blatt März 2018

## DER OFFENE TAGESTREFF MÄRZ 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

### Themen bzw. Sondertermine in dieser Ausgabe

- *13.3.2018 Trialog in Flöha*
- *Die Beratungsstelle zieht Mitte März in die Wallstr. 24 um, behält aber die Postanschrift und jeder Mitarbeiter seine Telefonnummer. Die Anmeldung in der Petersstraße 44 ist weiterhin zuständig für die Vergabe von Beratungsterminen.*



## 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  
14-19 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 (5./19.3.)**

Gemeinsam Musizieren  
14– 15 Uhr

**NADA-  
Ohrakupunktur**

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

**Lesezirkel (19.3.)**

Heute ist ein aktuelles  
Thema angesagt:

Es gibt viel Interessan-  
tes auf der Leipziger  
Buchmesse zu entde-  
cken; im „Blitz“ werden  
Sie darüber informiert.

**Bildungsangebot**

Findet in diesem Mo-  
nat am **Samstag** den  
3.3.2018 statt!!!

**DIENSTAG****16.00 Uhr-20.00 Uhr**

**WAS ICH VON  
DER NATUR  
GELERNT HABE?  
ES GIBT IMMER  
WIEDER EINEN  
NEUEN ANFANG.**

**Offene Zeit**

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

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

**Bowlinggruppe  
(13.03.2018)**

Treffpunkt: im „Alt-  
stadtbowling“ - Gerber-  
passage—Herr Hege-  
wald gibt sein Ab-  
schiedsspiel

15.30-17.00 Uhr

**Künstlerisch aktiv  
(am 20.03.2018)**

15.30-17.30 Uhr  
im Blitzableiter!

Miteinander Sprechen — **10. Dialog** in der Diakonie in Flöha  
Dienstag, 13.3.2018 von 16.30 bis 18.00 Uhr

**KRISEN**

Wie gerate ich hinein, wie komme ich heraus?

**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. u. 29.03.)**

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

**Fahrradwerkstatt (15.03.)**

Ab 17 Uhr können unter fachlicher Anleitung Räder repariert werden.

**SHG Querdenker (08. u. 22.03.)**

Die querdenkenden Redaktionsmitglieder besprechen Texte, layouten und planen nächste Aktivitäten.  
15.30-17.30 Uhr  
Wer Interesse hat, kann gern einmal vorbeischaun.

**WENN REB-  
HUHN  
DANN  
REBHUHN,  
WENN  
FASTEN DANN  
FASTEN**

TERESA VON AVILA

**Der Töpferkeller** ist am Donnerstag, den **8.3.** ab 16.00 Uhr und am Freitag, den **9.3.** ab 8.00 Uhr für jeweils **4 h** geöffnet. Bei Interesse bitte anmelden!

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

**Sa., den 3.3.18:** treffen wir uns **14:30 Uhr auf dem Obermarkt am Ottobrunnen** und wollen einen Blick in die Sonderausstellung im Rahmen der **Offenen Archive** werfen.

**Sa., den 10.3.18:**  
**9.30-13.30 Uhr!!!**  
**Töpfern** im Blitzableiter; bei Interesse bitte unbedingt anmelden!

**Sa., den 17.3.18:**  
Treff ist um **11.00 Uhr** am Johannisbad in Freiberg; für heute ist ein gemeinsamer **Schwimmhallenbesuch** geplant!

**Sa., den 24.3.18:**  
Es geht sportlich ins Frühjahr: **ab 11.00 Uhr** Tischtennisturnier in der Albert-Schweizer-Schule!!!

**Ostersonnabend, der 31.3.2018:**

Am Ostersonnabend wird wieder ein **ausgiebiger Osterspaziergang** stattfinden; bitte beachten Sie diesbezüglich den Aushang vom Wanderleiter im Blitz und melden Sie sich bitte an, wenn Sie mitkommen wollen.