

PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE

Diakonie 
Dresden

Die **PSKB** richtet sich mit ihrem Angebot der Beratung, Begleitung sowie der Kontakt- und Gemeinschaftsbildung an psychisch beeinträchtigte Menschen und deren Angehörige im Stadtgebiet Dresden-Nord.

In der **Kontaktstelle** haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Gruppenangebote zu nutzen und mit anderen in Kontakt zu kommen. Alkoholfreie Getränke und ein kleiner Imbiss werden angeboten (Mittagessen wird unter Anleitung mit anderen Besuchern selbst gekocht).

Öffnungszeiten Kontaktstelle Tel. 80 46 709

Mo. 11.00 – 15.30 Uhr
Di. – Do. 11.00 – 18.00 Uhr
So. 14.00 – 18.00 Uhr

Gruppenangebote

Gartenprojekt
(Termine siehe Monatsplan)

Holz-Werkstatt
Mo. – Do. 10.00 – 14.00 Uhr
(handwerkli. Beschäftigung)

Gemeinsames Kochen
Mo. – Do. 11.00 – 14.00 Uhr

Erzählcafé für Menschen ab 60

Mo. 14.00 – 15.00 Uhr
(2 x im Monat)

Singegruppe
Mo. 15.00 – 16.00 Uhr

Keramik
Mo. 14.00 – 18.00 Uhr

Montagstreff für junge Menschen bis 40

Mo. 16.00 – 18.00 Uhr
(2 x im Monat / siehe Monatsplan)

Gesprächsgruppe
Di. 16.00 – 17.00 Uhr
(feste Gruppe)

Bewegung & Entspannung
Di. 10.00 – 11.00 Uhr

Stadtspaziergang für Menschen ab 60
Di. 14.00 – 16.00 Uhr
(1 x im Monat / siehe Monatsplan)

Gedächtnistraining
Mi. 14.30 – 15.30 Uhr

Kreativer Treff
Do. 14.00 – 17.00 Uhr

Malkurs
Do. 15.30 – 17.30 Uhr

Schnitzwerkstatt
Fr. 10.00 – 14.00 Uhr
(1 x im Monat / feste Gruppe / siehe Monatsplan)

Mobiles Angebot
Sa. 10.00 – 16.00 Uhr
(2 x im Monat; Wandern, Kultur etc.)

Für eine **Beratung** vereinbaren Sie bitte mit uns einen Termin, den Sie zu den unten genannten Zeiten persönlich oder telefonisch erfragen können.

Beratungsstelle Tel. 80 46 606
Mo. 10.00 – 12.00 Uhr, Mi. 10.00 – 12.00 Uhr
pskb.alaunstrasse@diakonie-dresden.de

Beratung für Angehörige Tel. 80 46 605
Mo. 10.00 – 12.00 Uhr, Mi. 10.00 – 11.00 Uhr
pskb.angehoerige@diakonie-dresden.de

Genesungsbegleitung Tel. 20 63 269
Mo. 10.00 – 11.00 Uhr, Mi. 15.00 – 16.00 Uhr
pskb.genesung@diakonie-dresden.de

GERDA - Beratung für Gerontopsychiatrie, Demenz & Alzheimer Tel. 20 63 268
Di. 14.00 – 16.00 Uhr, Do. 10.00 – 12.00 Uhr
pskb.gerontopsychiatrie@diakonie-dresden.de

Selbstbestimmt Wohnen Dresden
Tel. 89 51 4606
sbw.dresden@diakonie-dresden.de

Angehörigengruppen in der Kontaktstelle

für (Ehe-)Partner psychisch kranker Menschen

1. Do. im Monat, 18.00 – 20.00 Uhr

für Eltern, Geschwister und Freunde psychisch kranker Menschen

4. Do. im Monat, 18.00 – 20.00 Uhr

für erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern

4. Mi. im Monat, 18.00 – 20.00 Uhr

für Angehörige eines demenziell erkrankten Menschen

letzter Do. im Monat, 15.30 – 17.00 Uhr

Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtages beschlossenen Haushaltes.



gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE

Standort Dresden

November & Dezember 2023

Alaunstraße 84 (Hinterhaus)
01099 Dresden

Tel.: (0351) 80 46 606
Fax: (0351) 20 63 270

E-Mail:
pskb.alaunstrasse@diakonie-dresden.de

www.diakonie-dresden.de

Mobiles Samstagsangebot im November

04.11.: **Wanderung von Cossebaude zur Herrenkuppe nach Niederwartha**

Treff: 09.45 Uhr Hbf große Anzeigetafel

Abfahrt: 10.08 Uhr RB 31

Stadtzone Dresden o. Deutschlandticket

Leitung: Herr Knaebel

11.11.: **Wanderung von Strehlen durch den Großen Garten und Besuch des Botanischen Gartens**

Treff: 10.05 Uhr Straba Haltestelle Wasaplatz

Stadtzone Dresden

Leitung: Frau Hermann

Mobiles Samstagsangebot im Dezember

02.12.: **Wanderung am Elbhauptweg und Besuch des Elbhauptfestweihnachtsmarktes am Körnerplatz**

Treff: 11.00 Uhr Haltestelle Schillerplatz

Stadtzone Dresden

Leitung: Frau Hermann

16.12.: **Wanderung in der Dresdner Heide rund um Langebrück**

Treff: 09.45 Uhr Bhf. Neustadt Buchhandlung

Abfahrt: 10.03 Uhr TL RB 61

Stadtzone Dresden o. Deutschlandticket

Leitung: Herr Knaebel

„Kontaktstelle in Bewegung“

(Spaziergänge/ Wanderungen)

Dienstag: 10.00 Uhr - 14.00 Uhr

Termine im November: 07., 13., 21. und 28.11.

Termine im Dezember: 12. und 19.12.

Bitte denken Sie daran, dass die Teilnahme am Mobilem Angebot auf eigene Verantwortung geschieht und Sie im Vorfeld Ihre Belastungsfähigkeit überprüfen sollten.

November

Fr.	03.11.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Fr.	10.11.	10.00 Uhr	wilder Kräuterspaziergang (nähere Infos in der Kontaktstelle)
Mo.	13.11.	15.30 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Bowling im Joe's (DD Dobritz) Treff: 15:20 Uhr vor dem Joe's
Di.	14.11.	14.00 Uhr	Museumsbesuch Alte Meister Vorweihnachtliche Führung
Mi.	15.11.	16.00 Uhr	Gespräch über Gott & die Welt mit Pfarrer Börnert
Fr.	17.11.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Fr.	24.11.	10.00 Uhr	Schnitzwerkstatt
Di.	28.11.	11.00 Uhr	Hausputz mit adventlichen Schmücken der PSKB
Do.	30.11.	14.00 Uhr	Speiseplanung für Dezember
Do.	30.11.	14.00 Uhr	Adventskranzbinden (Infos und Anm. in der Kontaktst.)

Dezember

Fr.	01.12.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Fr.	01.12.	11.00 Uhr	Baumschmücken im Volkskunstmuseum
Di.	05.12.	15.00 Uhr	Adventsfeier in der Dreikönigskirche Wichelgeschenk, Anmeldung und Unkostenbeitrag 7,50€
Fr.	08.12.	10.00 Uhr	Kerzenwerkstatt (mit Anm.)
Di.	12.12.	14.00 Uhr	Stadtspaziergang 60+ Treff: Goldener Reiter
Mi.	13.12.	16.00 Uhr	Gespräch über Gott & die Welt mit Pfarrer Börnert
Fr.	15.12.	10.00 Uhr	Schnitzwerkstatt
Fr.	15.12.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Mo.	18.12.	16.00 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Plätzchen backen
Mi.	20.12.	16.00 Uhr	Adventsfeier im Hof
Mi.	27.12.	14.00 Uhr	Speiseplanung für Januar

I

Eine Anmeldung für die Gruppenangebote ist nur noch für die Holzwerkstatt und das Freitagsfrühstück nötig.

Wir haben an folgenden Sonntagen im November und Dezember von 14 -18 Uhr geöffnet:

November: 05.11., 12.11., 19.11., 26.11.

Dezember: 03.12., 10.12., 17.12.

INFORMATION :

Im November und Dezember findet

keine Keramikgruppe statt!

Die Gruppe startet dann wieder im neuen Jahr, am 08.01.2024.

Termine Malkurs: 19.10. – 30.11. und 07.12. – 14.12.

Schließtage: 22.11., 25.12., 26.12. und 31.12.

Einladung zur vorweihnachtlichen Führung in die Alten Meister

Am Dienstag, den 14.11.23 laden wir zu einer Führung in die Alten Meister ein. Nähere Information und Anmeldung in der Kontaktstelle.

Heilig Abend in der PSKB

Von 10.00-14.00 Uhr wollen wir gemeinsam weihnachtlich beisammen sein, den Weihnachtsbaum schmücken und ein Weihnachtsessen genießen.

Dafür erbitten wir eine Anmeldung in der Kontaktstelle.

♾️

Wir wünschen allen Besucherinnen und Besuchern unserer Einrichtung und ihren Angehörigen gute und besinnliche Adventstage und ein gesegnetes Weihnachtsfest 2023!

♾️