

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. 15.30 – 16.30 Uhr
pskb.genesung@diakonie-dresden.de

GERDA - Beratung für Gerontopsychiatrie, Demenz & Alzheimer Tel. 20 63 268
Di. 14.00 – 16.00 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

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



gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresdner



PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE

Standort Dresden

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

Diakonie 
Dresden

Mobiles Samstagsangebot im März

08.03.: Wanderung von der Heidelbeerplantage über den Leuchtturm nach Moritzburg

Treff: 9.45 Uhr Bahnhof Neustadt Rossmann
Abfahrt: 10.02 Uhr Buslinie 477
Stadtzone Dresden +1 Zone oder DE-Ticket
Leitung: Frau Hermann

15.03.: Wanderung von Goppeln über die Babisnauer Pappel nach Kreischau

Treff: 10.00 Uhr S-Bahnhof Strehlen
Abfahrt: 10.05 Uhr Buslinie 68 Ri. Goppeln
Stadtzone Dresden + 1 Zone oder DE-Ticket
Leitung: Herr Knaebel

Mobiles Samstagsangebot im April

05.04.: Wanderung von Altfranken über Jochhöschlösschen nach Dölzchen

Treff: 10.00 Uhr Haltestelle Hbf Linie 7
Abfahrt: 10.11 Uhr
Stadtzone Dresden oder DE-Ticket
Leitung: Herr Knaebel

26.04.: Wanderung in der Heide zum Stausee, Prießnitzgrund, Heidemühle und zum Weißen Adler

Treff: 10.00 Uhr Ullersdorfer Platz Endhaltestelle 11
Stadtzone Dresden
Leitung: Frau Hermann

„Kontaktstelle in Bewegung“

(Spaziergänge/ Wanderungen)

Dienstag: 10.00 Uhr - 13.00 Uhr (2x monatlich)

Termine im März: 04. und 18.03.

Termine im April: 15. und 29.04.

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

März 2025

Di.	04.03.	14.00 Uhr	Fasching (Info's in der Kontaktstelle)
Do.	06.03.	11.00 Uhr	Hausputz
Fr.	07.03.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Di.	11.03.	16.00 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Besuch Museum Technische Sammlungen, Treff: 15 Uhr vor dem Museum oder 14:20 Uhr Haltestelle Alaunplatz
Mi.	12.03.	16.00 Uhr	Gott und die Welt
Fr.	14.03.	10.00 Uhr	Schnitzen
Fr.	21.03.	09.30 Uhr	Gartenprojekt / Saisonstart (Info's in der Kontaktstelle)
Mo.	24.03.	16.00 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Billard im Joe's in Dobritz, Treff 16 Uhr am Joe's oder 15:15 Uhr an der Haltestelle S-Bahnhof Bischofsplatz
Mi.	26.03.	15.30 Uhr	Führung durch die Semperoper (Info's in der Kontaktstelle)
Mo.	31.03.	14.00 Uhr	Speiseplanung für April

April 2025

Di.	01.04.	15.00 Uhr	Museumsbesuch Alte Meister mit Führung (Info's in der Kontaktstelle)
Mi.	02.04.	11.30 Uhr	Osterstrauch schmücken im Volkskunstmuseum
Mi.	09.04.	16.00 Uhr	Gott und die Welt
Fr.	11.04.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Mo.	14.04.	16.00 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Osterbacken
Do.	17.04.	14.00 Uhr	Osterbasteln (Info's in der Kontaktstelle)
Fr.	25.04.	10.00 Uhr	Schnitzen
Fr.	25.04.	09.30 Uhr	Gartenprojekt (Info's in der Kontaktstelle)
Fr.	25.04.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Mo.	28.04.	14.00 Uhr	Hausversammlung und Speiseplanung für Mai
Di.	29.04.	14.00 Uhr	Stadtspaziergang 60+ Treff: Körnerplatz

I Für die Gruppenangebote Holzwerkstatt, das Freitagsfrühstück und für Ausflüge ist eine Anmeldung nötig.

Wir haben an folgenden Sonntagen von 14-18 Uhr geöffnet:

März: 02.03., 09.03., 23.03.

April: 06.04., 13.04., 27.04.

Termine Keramikgruppe:

März: 03.03., 10.03., 17.03., 24.03., 31.03.,

April: 14.04., 28.04.,

Termine Malkurs:

März: 06.03., 13.03., 20.03., 27.03.;

April: 14.04., 28.04.

Schließtage:

18.04. Karfreitag und 21.04. Ostermontag

Am 01. 04. laden wir herzlich zu einer Führung in die „Alten Meister“ ein. Frau Ponizil wird uns lebendig durch die Ausstellung „Der Madonna ganz nah“ führen. Anmeldung dafür in der Kontaktstelle.

Ferienfreizeit 2025

Vom 25.08. bis 01.09.2025 planen wir eine Freizeitfahrt zur Insel Sylt / Hörnum. Weitere Informationen dazu erhalten Sie in der Kontaktstelle. Eine unverbindliche Anmeldung ist bis zum 15.03.2025 möglich.

Genesungsbegleitung

Herr Vogelsang, unser neuer Genesungsbegleiter, bietet Beratung bei Depression und sozialen Ängsten an. Themen können z.B. sein: Umgang mit der Erkrankung, Übergang von stationärem Aufenthalt nach Hause und Aufbau von Tagesstruktur. Bitte melden Sie sich bei Interesse in der Kontaktstelle oder unter pskb.genesung@diakonie-dresden.de.