

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

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

Gruppenangebote

Gartenprojekt (Termine siehe Monatsplan)	Bewegung & Entspannung Di. 10.00 – 11.00 Uhr
Holz-Werkstatt Mo. – Do. 10.00 – 14.00 Uhr (handwerkli. Beschäftigung)	Stadtspaziergang für Menschen ab 60 Di. 14.00 – 16.00 Uhr (1 x im Monat / siehe Monatsplan)
Gemeinsames Kochen Mo. – Do. 11.00 – 14.00 Uhr	Gedächtnistraining Mi. 14.30 – 15.30 Uhr
Erzählcafé für Menschen ab 60 Mo. 14.00 – 15.00 Uhr (2 x im Monat)	Kreativer Treff Do. 14.00 – 17.00 Uhr
Singegruppe Mo. 15.00 – 16.00 Uhr	Malkurs Do. 15.30 – 17.30 Uhr
Keramik Mo. 14.00 – 18.00 Uhr	Schnitzwerkstatt Fr. 10.00 – 14.00 Uhr (1 x im Monat / feste Gruppe / siehe Monatsplan)
Montagstreff für junge Menschen bis 40 Mo. 16.00 – 18.00 Uhr (2 x im Monat / siehe Monatsplan)	Mobiles Angebot Sa. 10.00 – 16.00 Uhr (2 x im Monat; Wandern, Kultur etc.)
Gesprächsgruppe Di. 16.00 – 17.00 Uhr (feste Gruppe)	

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



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

Mobiles Samstagsangebot im September

13.09.: **Wanderung von Possendorf entlang auf dem alten Bahndamm nach Gittersee**

Treff: 09.30 Uhr Hbf. Unter den Brücken
Abfahrt: 09.42 Uhr RVD 360
Stadtzone Dresden +1 Zone oder DE-Ticket
Leitung: Herr Knaebel

27.09.: **Wanderung zum Forstbotanischen Garten Tharandt**

Treff: 9.50 Uhr Hbf. Anzeigetafel a.d. Gleisen
Abfahrt: 10.08 Uhr RB 30 Richt. Zwickau
Stadtzone Dresden+1 Zone oder DE-Ticket
Leitung: Frau Hermann

Mobiles Samstagsangebot im Oktober

11.10.: **Wanderung von Schloss Hermsdorf nach Weixdorf**

Treff: 09.30 Uhr Bahnhof Neustadt Rossmann
Abfahrt: 09.48 Uhr RB 33 Ri. Königsbrück
Stadtzone Dresden + 1 Zone oder DE-Ticket
Leitung: Frau Hermann

25.10.: **Wanderung von Schillerplatz über Rochwitz nach Altwachwitz**

Treff: 10.00 Uhr Schillerplatz Hlt. Richtung Pillnitz
Stadtzone Dresden
Leitung: Herr Knaebel

„Kontaktstelle in Bewegung“

(Spaziergänge/ Wanderungen)

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

Termine im September: 09. und 16.09.

Termine im Oktober: 07. und 21.10.

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

September 2025

Fr.	12.09.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Mo.	15.09.	16.00 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Kubb spielen im Alaunpark, Treff 16 Uhr in der Kontaktstelle
Di.	16.09.	14.00 Uhr	Stadtspaziergang 60+ Treff: Kontaktstelle
Mi.	17.09.	16.00 Uhr	Gott und die Welt
Fr.	19.09.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Di.	23.09.	16.00 Uhr	Theater der Begegnung zu Gast in unserem Hof im Rahmen der Interkulturellen Tage
Do.	25.09.	10.00 Uhr	Herbstwanderung Infos und Anmeldung in der Kontaktstelle
Fr.	26.09.	09.30 Uhr	Gartenprojekt
Fr.	26.09.	10.00 Uhr	Schnitzen
Mo.	29.09.	14.00 Uhr	Speiseplanung für Oktober
Mo.	29.09.	16.00 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Spielenachmittag

Oktober 2025

Fr.	10.10.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Mo.	13.10.	16.00 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Billiard im Joe's in Dobritz, Treff: 15.50 vor dem Joe's
Di.	14.10.	13.00 Uhr	Minigolf am Großen Garten Treff: Minigolfanlage, Anmeldung in der Kontaktstelle
Fr.	17.10.	09.30 Uhr	Gartenprojekt
Di.	21.10.	14.00 Uhr	Stadtspaziergang 60+ Treff: Kontaktstelle
Mi.	22.10.		Tagesausflug nach Chemnitz im Kulturhauptstadtjahr Infos und Anmeldung in der Kontaktstelle
Fr.	24.10.	09.30 Uhr	Freitagsfrühstück
Fr.	24.10.	10.00 Uhr	Schnitzen

I

Mo.	27.10.	14.00 Uhr	Hausversammlung und Speiseplanung für November
Mo.	27.10.	16.00 Uhr	Montagstreff für junge Menschen Pizza backen und Tischtennis spielen

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

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

September: 14.09., 21.09.;

Oktober: 19.10., 26.10.;

Termine Keramikgruppe:

September: 15.09., 22.09., 29.09.;

Oktober: 13.10., 20.10.;

Termine Malkurs:

September: 04.09., 11.09., 18.09.;

Oktober: Herbstpause

In unserer Einrichtung trifft sich am Dienstag von 16.00 - 17.00 Uhr eine feste **Gesprächsgruppe**. Gern können neue Teilnehmende hinzukommen. Nähere Informationen erhalten Sie in der Kontaktstelle nach vorheriger Beratung.

Seit August begleitet Herr Vogelsang den **Montagstreff für junge Menschen**. Er freut sich darauf, die Teilnehmenden der Gruppe kennenzulernen und gemeinsame Aktivitäten mit ihnen zu planen und zu unternehmen. Die Treffen finden 14tägig am Montag um 16 Uhr statt. Neue Teilnehmende sind herzlich Willkommen. Nähere Informationen erhalten Sie in der Kontaktstelle.