PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLEN

Diakonie Dresden

Unsere **Kontakt- und Beratungsstellen** (PSKB) richtetn sich an erwachsene Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen sowie an deren Angehörige und Kontaktpersonen.

Wir bieten:

- Vermittlung von weiterführenden Hilfen
- zwanglose Begegnungen und Erfahrungs-austausch mit Betroffenen in verschiedenen Gruppenangeboten
- Beratung von Angehörigen und Bezugs-personen
- Informationen und Unterstützung bei der Bewältigung von psychischen Erkrankungen
- Unterstützung bei der Freizeitgestaltung

Unsere Kontakt- und Beratungsstelle Freital mit Außenstellen wird durch den Landkreis Sächsische Schweiz-Osterzgebirge und den Freistaat Sachsen gefördert.

Zum Online-Beratungsangebot:

https://beratung.diakonie.de/registration?aid=355

Außenstelle Dippoldiswalde

Rabenauer Straße 27 (Hinterhaus)
01744 Dippoldiswalde
T 03504 - 620 85 42, M 0151 - 58 20 02 68
E-Mail: pskb.dippoldiswalde@diakonie-dresden.de

Wir sind zu folgenden Zeiten für Sie erreichbar:

Di	10:00 - 15:00 Uhr
Mi	10:00 - 13:00 Uhr
Do	Wanderungen und Ausflüge nach Plan sowie nach Vereinbarung

Außenstelle Altenberg

Am Bahnhof 1
01773 Altenberg
M 0175 - 45 17 060
E-Mail: pskb.freital@diakonie-dresden.de

Wir sind zu folgenden Zeiten für Sie erreichbar:

Do	09:00 - 15:00 Uhr sowie nach Vereinbarung

Für weitere Termine und bei Fragen rufen Sie uns gern an oder senden uns eine E-Mail oder SMS.

Die Beratungen sowie die Gruppenangebote sind kostenfrei.

www.diakonie-dresden.de



PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE FREITAL

Außenstellen Dippoldiswalde & Altenberg

Diakonie Dresden

November und Dezember 2026

Liebe Besucher:innen und Interessierte,

Dunkle Jahreszeit – Zeit für Licht und Nähe
Die Tage werden kürzer und die Natur kommt zur Ruhe. Die dunkle Jahreszeit lädt uns ein, ein wenig langsamer zu werden und es uns bewusst gemütlich zu machen. Wie schön, dass wir die Lichter der Weihnacht in der dunklen Zeit haben.

Gerade in dieser Zeit tut es gut, nicht alles allein tragen zu müssen. Ein gutes Gespräch, ein gemeinsamer Moment oder ein Ort, an dem man einfach sein darf, können kleine Lichter im Alltag sein.

Wir wünschen Ihnen eine ruhige und lichtvolle Zeit, schöne Begegnungen und Menschen an Ihrer Seite, die Ihnen guttun.

Herzliche Grüße, K. Fischer und T. Ristau

……

Beratungsgespräche können Sie gern per Telefon oder Mail vereinbaren. Diese sind auch **als Onlineberatung** möglich.

Angebote „zwischen den Jahren“:

Mo 28.12. 10 – 15 Uhr Freital
„Schrott- Wichteln“

Di 29.12. 10 – 15 Uhr Dippoldiswalde
Weihnachtscafé

Mo 30.12. 10 – 12 Uhr Freital
Weihnachtsbrunch

Angebote in Dippoldiswalde

Di 03.11. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 04.11. 10 – 12 Uhr Gesprächskreis:
„Gott und die Welt“ mit Pfr. Börnert

Di 10.11. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 11.11. 10 – 13 Uhr Gedächtnistraining und Spielezeit
Do 12.11. 10 – 15:30 Uhr Ausflug
ins Panometer Dresden
Bitte melden Sie sich bis 10.11.26 an.
Treff: 10:00 Uhr Busbahnhof Dippoldiswalde

Di 17.11. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Di 24.11. 10 – 15 Uhr Adventsgestecke
Mi 25.11. 10 – 13 Uhr Keramik

Di 01.12. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 02.12. 10 – 12 Uhr Gesprächskreis:
„Gott und die Welt“ mit Pfr. Börnert

Di 08.12. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 09.12 10 – 13 Uhr Kreative Küche:
Weihnachtliches
Bitte melden Sie sich bis 08.12.26 an.

Di 15.12. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 16.12. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining und Spielezeit

Di 22.12. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Di 29.12. 10 – 15 Uhr Weihnachtscafé

Angebote in Altenberg

Offener Treff: immer Do von 9 – 15 Uhr

Do 05.11. 10 – 12 Uhr Kreativangebot

Do 12.11. 9:30 – 16:00 Uhr Ausflug
ins Panometer Dresden
Bitte melden Sie sich bis 10.11.26 an.
Treff: 9:30 Uhr Bahnhof Altenberg
Abfahrt 9:44 Uhr mit Bus 360 nach Dresden

Do 19.11. 12 – 14 Uhr kleine Wanderung
Bitte melden Sie sich bis zum 12.11.26 an.

Do 26.11. 10 – 12 Uhr Yoga - leicht

Do 03.12. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining und Spielezeit

Do 10.12. 12 – 14 Uhr kleine Wanderung
Bitte melden Sie sich bis zum 03.12.26 an

Do 17.12. 10 – 13 Uhr Adventsvormittag

Samstagsausflüge Freital

Sa 21.11. 13:00 – 15:00
Ausflug:
Bowling im Freizeitzentrum „Hains“
(Anmeldung bis 07.11.!)

Sa 12.12. 15:00 - 18:00
Ausflug:
Besuch des Potschappler Advent
(Anmeldung bis 04.12.!)