

Unsere **Kontakt- und Beratungsstelle** (PSKB) richtet sich an erwachsene Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, an deren Angehörige und Kontaktpersonen, die ein Beratungsangebot, Unterstützung oder Begleitung benötigen.

Wir bieten:

- Vermittlung von weiterführenden Hilfen
- zwanglose Begegnungen und Erfahrungsaustausch mit Betroffenen in verschiedenen Gruppenangeboten
- Beratung von Angehörigen und Bezugspersonen
- Informationen und Unterstützung bei der Bewältigung von psychischen Erkrankungen
- Unterstützung bei der Alltagsbewältigung
- Unterstützung bei der Freizeitgestaltung

Unsere Kontakt- und Beratungsstelle und alle Angebote werden durch den Landkreis Sächsische Schweiz-Osterzgebirge und den Freistaat Sachsen gefördert.

Zum Online-Beratungsangebot:



[https://beratung.diakonie.de/
registration?aid=355](https://beratung.diakonie.de/registration?aid=355)

Wir sind zu folgenden Zeiten für Sie erreichbar:

Mo 10.00 – 15.00 Uhr
Di 10.00 – 15.00 Uhr
Mi 10.00 – 13.00 Uhr
Do 12.00 – 16.00 Uhr

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

**Psychosoziale Kontakt- und
Beratungsstelle Freital**

Döhlener Straße 1
01705 Freital
T (0351) 641 10 50, M (0151) 61 55 68 55
E-Mail: pskb.freital@diakonie-dresden.de

Außenstelle Dippoldiswalde

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

Die Beratungen sowie die Gruppenangebote sind kostenfrei.



www.diakonie-dresden.de
www.facebook.com/diakonie.dresden



**PSYCHOSOZIALE
KONTAKT- UND
BERATUNGSSTELLE**

Standort Freital

Liebe Besucherinnen und Besucher, liebe Interessierte,

der Frühling beginnt, die Tage werden heller und draußen zeigt sich wieder mehr Leben.

Frühling ist, wenn die Seele wieder bunt denkt.
(unbekannt)

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen bunte und hoffnungsvolle Gedanken – wir freuen uns auf gemeinsame Aktivitäten, Gespräche und schöne Momente in der Frühlings- und Osterzeit.

März

Mo	02.03.	10:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr	Kreativer Vormittag Kontaktcafé
Di	03.03.	10:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff
Mi	04.03.	10:00 – 13:00 Uhr	Kreative Küche
Do	05.03.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei
Mo	09.03.	10:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr	Kreativer Vormittag Gesprächsrunde mit Pfarrer Börnert
Di	10.03.	13:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff
Mi	11.03.	10:00 – 12:00 Uhr	Entspannungsgruppe
Do	12.03.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei
Fr	13.03.	09:00 – 11:00 Uhr	Freitagsfrühstück
Sa	14.03.	09:00 – 13:00 Uhr	Frühlingswanderung: Umgebung Jochhöschlösschen Treff: Bhf. Potschappel <u>Anmeldung bis 09.03.!</u>

Mo	16.03.	10:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr	Kreativer Vormittag Kontaktcafé
Di	17.03.	10:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff
Mi	18.03.	10:00 – 12:00 Uhr	Frühjahrsputz in der PSKB Freital
Do	19.03.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei
Fr	20.03.	09:00 – 11:00 Uhr	Freitagsfrühstück
Mo	23.03.	10:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr	Kreativer Vormittag: Osterbasteln Kontaktcafé
Di	24.03.	10:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff
Mi	25.03.	10:00 – 12:00 Uhr	Spielevormittag
Do	26.03.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei
Fr	27.03.	09:00 – 11:00 Uhr	Freitagsfrühstück
Mo	30.03.	10:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr	Kreativer Vormittag Kontaktcafé
Di	31.03.	10:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff

April

Mi	01.04.	10:00 – 12:00 Uhr	Kreativer Vormittag: Osterbasteln
Do	02.04.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei

Frohe Ostern!



Di	07.04.	13:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff
Mi	08.04.	10:00 – 13:00 Uhr	Kreative Küche
Do	09.04.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei
Fr	10.04.	09:00 – 11:00 Uhr	Freitagsfrühstück
Sa	11.04.	09:00 – 13:00 Uhr	Freitaler Frühlingsputz Treff: PSKB Freital <u>Anmeldung bis 07.04.!</u>
Mo	13.04.	10:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr	Kreativer Vormittag Kontaktcafé
Di	14.04.	10:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff
Mi	15.04.	10:00 – 12:00 Uhr	Lichtblicke
Do	16.04.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei
Fr	17.04.	09:00 – 11:00 Uhr	Freitagsfrühstück
Mo	20.04.	10:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr	Kreativer Vormittag Kontaktcafé
Di	21.04.	10:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff
Mi	22.04.	10:00 – 12:00 Uhr	Spielevormittag
Do	23.04.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei
Mo	27.04.	10:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:00 Uhr	Kreativer Vormittag: Makramee Kontaktcafé
Di	28.04.	10:00 – 15:00 Uhr	Offener Treff
Mi	29.04.	10:00 – 12:00 Uhr	Entspannungs- gruppe
Do	30.04.	13:00 – 16:00 Uhr	Donnerstagsmalerei

Es besteht die Möglichkeit, sich selbstständig über die Mittagszeit innerhalb der Gruppe Essen zuzubereiten.

Änderungen im Programm sind vorbehalten.