

Unsere Kontakt- und Beratungsstellen

(PSKB) richtet sich an erwachsene Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen sowie an deren Angehörige und Kontaktpersonen.

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 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

Juli und August 2026

Liebe Besucher*innen und Interessierte,

Sommerzeit – Zeit für Neues

Der Sommer steht vor der Tür. Wir können nach draußen gehen, die Sonne genießen, baden oder ein Eis essen. Und manchmal merken wir dabei, dass sich vieles nicht mehr so anfühlt wie früher.

Doch das Leben darf sich verändern. Wir dürfen Neues entdecken, neue Wege finden und Schritt für Schritt herausfinden, was uns gut tut. Der Sommer schenkt uns dafür Licht, Wärme und neue Energie.

Achten Sie auf die kleinen Ideen und schönen Momente – und vor allem auf die Menschen, mit denen Sie diese teilen können.

Herzliche Grüße K.Fischer und T. Ristau
.....

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

Langfristige Termine:

Mi 16.09. 10 – 12 Uhr Thementreff
„Wildkräuter – heilsame Natur“

Angebote in Dippoldiswalde

Mi 01.07. 10 – 12 Uhr kleine Wanderung

Di 07.07. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Mi 08.07. 10 – 13 Uhr Kreative Küche:
Buttermilchgetzen
Bitte melden Sie sich bis 07.07.26 an.

Di 14.07. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Mi 15.07. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining
und Spielzeit

Di 21.07. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Di 28.07. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Mi 29.07. 11 – 16 Uhr Sommerfest in Freital

Di 04.08. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Mi 05.08. 10 – 12 Uhr Gesprächskreis:
„Gott und die Welt“ mit Pfr. Börnert

Di 11.08. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Mi 12.08. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining
und Spielzeit

Di 18.08. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Do 20.08. 11 – 16 Uhr **Specksteinprojekt**
Bitte melden Sie sich bis 11.08.26 an.
Treff: 11:00 Uhr Busbahnhof Dippoldiswalde

Di 25.08. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Mi 26.08. 10 – 12 Uhr Keramik

Angebote in Altenberg

Offener Treff: immer Do von 9 – 15 Uhr

Do 02.07. 10 – 12 Uhr Kreativangebot

Do 09.07. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining
und Spielzeit

Do 16.07. 12 – 14 kleine Wanderung
Bitte melden Sie sich bis zum 09.07.26 an.

Do 30.07. 10 – 12 Uhr Schreib-Zeit

Do 06.08. 12 – 14 Uhr kleine Wanderung
Bitte melden Sie sich bis zum 30.07.26 an.

Do 13.08. 10 – 12 Uhr Kreativangebot

Do 20.08. 11 – 16 Uhr Specksteinprojekt
Siehe Angebot Dippoldiswalde

Do 27.08. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining
und Spielzeit

Specksteinprojekt mit Herrn Klepzig

Am **20.08.** haben wir die Möglichkeit nach Rabenau in das Atelier von Bildhauer und Maler Olaf Klepzig zu fahren und uns bei der Arbeit mit Speckstein ausprobieren. Wir treffen uns 11:00 Uhr am Busbahnhof und fahren 11:15 Uhr ab Dippoldiswalde. Auf der Rückfahrt kommen wir gegen 16:15 Uhr wieder am Busbahnhof an. Der Eigenanteil für Sie beträgt 6,00 € zuzüglich Materialkosten nach Größe (1,00-3,00 €). Für ein kleines Picknick dort, wäre es schön, wenn jeder eine Kleinigkeit mitbringt, die dann mit einem Baquette kombiniert werden kann. Bitte an wettergerechte Kleidung bzw. Sonnenschutz und ausreichend Getränke denken. Wir werden draußen im Garten sein.
Bitte melden Sie sich bis 11.08.26 an.