

Unsere **Kontakt- und Beratungsstelle** (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 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 nach Vereinbarung
Di 09.00 – 15.00 Uhr
Mi 09.00 – 13.00 Uhr
Do Wanderungen und Ausflüge nach Plan
sowie nach Vereinbarung

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

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

**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

Die Beratungen sowie die Gruppenangebote sind kostenfrei.



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



**PSYCHOSOZIALE
KONTAKT- UND
BERATUNGSSTELLE**

Standort Dippoldiswalde

September und Oktober 2026

Liebe Besucher:innen und Interessierte,

Herbstzeit – Zeit für Veränderung

Der Herbst hält Einzug. Die Blätter werden bunt, die Tage kürzer und die Natur zeigt uns, dass Veränderung zum Leben dazugehört. Der Herbst lädt uns ein, innezuhalten und zu schauen: Was tut mir gut? Was möchte ich loslassen? Was möchte ich mitnehmen? Nehmen Sie sich Zeit für sich und die Menschen, die Ihnen guttun. Und wenn ein Weg einmal schwerfällt, dürfen Sie sich Unterstützung holen.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen bunten und achtsamen Herbst!

Herzliche Grüße

K. Fischer und T. Ristau

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

Ausflug ins Hygienemuseum Dresden „Wie geht´s – Die Ausstellung über mentale Gesundheit“

Do 08.10. 10 – 16:30 Uhr
Bitte melden Sie sich bis 06.10.26 an.
Treff: 10:00 Uhr Busbahnhof Dippoldiswalde

Angebote in Dippoldiswalde

Di 01.09. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 02.09. 10 – 12 Uhr Gesprächskreis:
„Gott und die Welt“ mit Pfr. Börnert

Di 08.09. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 09.09. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining
und Spielzeit

Di 15.09. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 16.09. 10 – 13 Uhr Kreative Küche:
Pflaumenknödel
Bitte melden Sie sich bis 15.09.26 an.

Di 22.09. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 23.09. 10 – 12 Uhr Thementreff:
Wildkräuter „Tees für dies und das“

Di 29.09. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 30.09. 10 – 12 Uhr Keramik

Di 06.10. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 07.10. 10 – 12 Uhr Gesprächskreis:
„Gott und die Welt“ mit Pfr. Börnert
Do 08.10. 10 – 16:30 Uhr Ausflug ins
Hygienemuseum Dresden „**Wie geht´s – Die
Ausstellung über mentale Gesundheit**“
Bitte melden Sie sich bis 06.10.26 an.
Treff: 10:00 Uhr Busbahnhof Dippoldiswalde

Di 13.10. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 14.10. 10 – 12 Uhr Kleine Wanderung

Di 20.10. 10 – 15 Uhr Nadelcafé

Di 27.10. 10 – 15 Uhr Nadelcafé
Mi 28.10. 10 – 12 Uhr Keramik

Angebote in Altenberg

Offener Treff: immer Do von 9 – 15 Uhr

Do 03.09. 10 – 12 Uhr Kreativangebot
Do 10.09. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining
und Spielzeit

Do 17.09. 12 – 14 Uhr kleine Wanderung
Bitte melden Sie sich bis zum 10.09.26 an.

Do 24.09. 10 – 12 Uhr Schreib-Zeit
Do 01.10. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining
und Spielzeit

Do 08.10. 10 – 16:30 Uhr Ausflug ins
Hygienemuseum Dresden „**Wie geht´s – Die
Ausstellung über mentale Gesundheit**“
Bitte melden Sie sich bis 06.10.26 an.

Treff: 9:30 Uhr Busbahnhof Dippoldiswalde
Do 15.10. 10 – 12 Uhr Gedächtnistraining
und Spielzeit

Do 22.10. 12 – 14 Uhr kleine Wanderung
Bitte melden Sie sich bis zum 15.09.26 an
Do 29.10. 10 – 12 Uhr Schreib-Zeit

Samstagsangebote in Freital:

Sa 12.09. 10:00 – 15Uhr
Ausflug: Wanderung im Tharandter Wald
(Anmeldung bis 04.09.)

Sa 10.10. 10:00 -11:00 Uhr
Ausflug: Führung in der Freitaler Feuerwehr
(Anmeldung bis 02.10.2026)
11:30-14:00 Uhr offener Treff