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

Bei uns finden Sie:

- Kontakte, Begegnungen und Erfahrungsaustausch
- Beratung und Unterstützung bei der Lebens- und Freizeitgestaltung für Menschen mit psychischen Erkrankungen
- Angebote zur Alltagsbewältigung und Hilfe zur Selbsthilfe
- Information und Vermittlung zu weiterführenden Hilfen
- Beratung von Angehörigen, Kontakt- und Bezugspersonen

Unsere Öffnungszeiten:

Montag	10:00 - 15:00 Uhr
Dienstag	10:00 - 15:00 Uhr
Mittwoch	11:00 - 15:00 Uhr
Donnerstag	11:00 - 17:00 Uhr
Freitag	09:30 - 11:00 Uhr

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

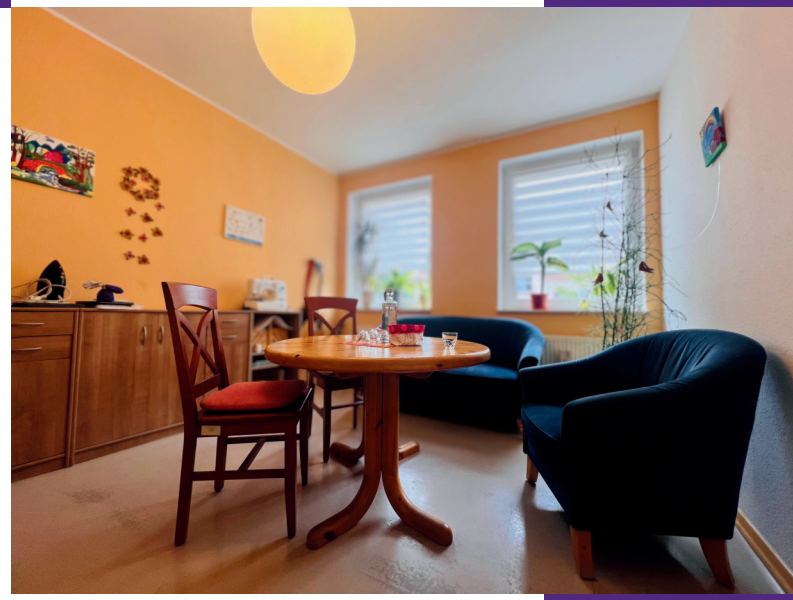
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle Neustadt i. Sachsen

Erberstraße 1
01844 Neustadt i. Sa.
(03596) 50 42 22
pskb.neustadt@hilfe-selbsthilfe.de

Die Beratungen und Gruppenangebote sind kostenfrei.

Unsere Kontakt- und Beratungsstelle
wird durch den Landkreis
Sächsische Schweiz-Osterzgebirge gefördert.

Hilfe und Selbsthilfe
für psychisch Kranke



PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE

Neustadt in Sachsen

Liebe Besucherinnen und Besucher, liebe Interessierte, liebe Angehörige.

„Der Herbst ist der Frühling des Winters.“
Henri de Toulouse-Lautrec

Wir laden Sie herzlich ein, unsere Begegnungsstätte zu besuchen - ganz ohne Anmeldung. Kommen Sie vorbei, zum Reden, Kaffee trinken, Spielen, Kreativsein, Bewegen oder einfach zum Entspannen.

Beratungsgespräche bieten wir an allen Tagen nach Vereinbarung an. In einem vertraulichen Einzeltermin entwickeln wir gemeinsam passende Unterstützungsmöglichkeiten - ganz in Ruhe, unter vier Augen.

Wochenangebot

Montag

Kreativtreff	10:00 – 13:00 Uhr
Spielenachmittag	13:30 – 15:00 Uhr

Dienstag

offener Treff	10:00 – 13:00 Uhr
Spaziergang	13:00 – 15:00 Uhr

Mittwoch

Kochen & Genießen	11:00 – 14:00 Uhr
Offener Treff	14:00 – 15:00 Uhr

Donnerstag

Kochen & Genießen	11:00 – 14:00 Uhr
Kontaktcafé	14:00 – 17:00 Uhr

Freitag

Freitagsfrühstück	09:30 – 11:00 Uhr

Kontaktcafé

Ein offenes Angebot zum Ankommen und Verweilen. Ein Ort für Begegnung, Austausch, Freude und Dazugehören. Gern spielen wir eine Runde Rommé oder andere Gesellschaftsspiele.

Kreativtreff

Kreative Tätigkeiten in entspannter Atmosphäre - ob Malen, Basteln oder Gestalten. Bei Kaffee und Kuchen können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen und mit anderen ins Gespräch kommen.

Spaziergang

Am Dienstag finden regelmäßig Spaziergänge oder Wanderungen statt - einzeln oder in der Gruppe. Strecke und Tempo richten sich nach den Teilnehmenden.

Freitagsfrühstück

Gemeinsam frühstücken, ins Gespräch kommen und die Woche ausklingen lassen.

Besondere Angebote im Oktober 2026

Sa	03.10.	14:00 - 17:00	Erntefest Kulturscheune Langburkersdorf
Mo	12.10.	10:00 - 13:00	Kreativtreff: Steine bemalen
Do	15.10.	11:00 - 15:00	Herbstnachmittag im Kontaktcafé
Sa	17.10.	13:00 - 16:00	Herbstzauber Schlosspark Großharthau
Fr	23.10.	08:00 - 18:00	Busfahrt und Ausflug in den Zoo Leipzig

Besondere Angebote im November 2026

Mo	02.11.	10:00 - 13:00	Kreativtreff: Windlichter aus Gläsern gestalten
Mo	09.11.	10:00 - 13:30	Kreativtreff: Kürbis- o. Pflaumenkuchen backen
Mi	11.11.	13:30 - 15:00	Martinshörnchen backen
Do	19.11.	14:00 - 15:00	Malworkshop mit Künstlerin Böhme aus Pirna
Sa	21.11.	13:00 - 17:00	Adventskranzbinden und „Musik meiner Jugend“ (Lieblingssongs)
Do	26.11.	14:00 - 17:00	Kontaktcafé: Weihnachtskarten gestalten

Besondere Angebote Dezember 2026

Mo	07.12.	10:00 - 13:00	Kreativtreff: Plätzchen backen
Do	10.12.	14:00 - 17:00	Kontaktcafé mit Plätzchen backen
Sa	12.12.	15:00 - 18:00	Weihnachtsmarktbesuch Neustadt Sachsen
Mo	14.12.	14:00 - 15:00	“Gott und die Welt” Seelsorger und Pfarrer Börnert
Do	17.12.	14:00 - 17:00	„Wünsche für 2027“ – wir gestalten Wunschsterne
Di	22.12.	11:00 - 16:00	Weihnachtsfest: Mittagessen kochen, Weihnachtslieder singen und mehr

Bitte melden Sie sich für Ausflüge und Samstagsangebote eine Woche vorher an. Danke.