

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

Wir sind zu folgenden Zeiten für Sie erreichbar:

Montag 09:30 – 15:00 Uhr
Dienstag 09:30 – 15:00 Uhr
Mittwoch 09:30 – 15:00 Uhr
Donnerstag 09:30 – 18:00 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 sowie Gruppenangebote sind kostenfrei.

Mehr Infos über
unsere Angebote
finden Sie hier:



PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE

Neustadt in Sachsen

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

Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtages beschlossenen Haushaltes.



Januar, Februar und März 2026

Liebe Besucherinnen und Besucher, liebe Interessierte, liebe Angehörige.

*„Das neue Jahr sieht mich freundlich an,
und ich lasse das alte mit seinem
Sonnenschein und Wolken ruhig hinter mir.“
Johann Wolfgang von Goethe*

Wir laden Sie herzlich ein, unsere Kontaktstelle zu besuchen - ganz ohne Anmeldung. Beratungsgespräche (auch für Angehörige und Interessierte) sind nach Terminvereinbarung möglich.

Wöchentliche Angebote

Montag:

Kreativtreff 10:00 – 14:00 Uhr
Kontaktcafé 14:00 – 15:00 Uhr

Dienstag:

Offener Treff (oder Wandern) 10:00 – 13:00 Uhr
Spielenachmittag 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



Besonderes im Januar 2026

Do 29.01. 13:45 Uhr **Donnerstagsmalerei mit
Künstlerin Frau Böhme**
für Alle, ohne Vorkenntnisse

Sa 31.01. 10:00 Uhr **Gemeinsam Mittag Ko-
chen und Genießen**
wir bitten um Anmeldung bis 28.01.2026

Besonderes im Februar 2026

Di 03.02. 10:00 Uhr **Winterwanderung auf
den Ungerberg**
Treff PSKB, Strecke insgesamt etwa 10 km

Di 17.02. 10:00 Uhr **Winterwanderung um
Neustadt Sachsen**
Treff PSKB, Strecke insgesamt etwa 5 km

Sa 21.02. 11:00 Uhr **Besuch des Erbgericht
Berthelsdorf**
wir bitten um Anmeldung bis 18.02.2026

Was erwartet Sie im Beratungsgespräch?

In einem vertraulichen Gespräch über Ihre Lebenslage, Sorgen, Belastungen oder Gefühle schauen wir gemeinsam, was getan werden kann und wie Sie sich stärken. Sie finden bei uns:

- Unterstützung bei allgemeinen, lebenspraktischen und sozialen Fragen oder bei Krisen.
- Informationen zu Anlaufstellen und passenden Angeboten in der Nähe.

Offener Treff

Im Offenen Treff kann alles getan werden, worauf Sie Lust haben: unterhalten, rätseln, malen, basteln, gärtnern oder entspannen.

Besonderes im März 2026

Mo 02.03. 13:45 Uhr **„Gott und die Welt“ mit
Pfarrer Börnert**

Di 03.03. 10:00 Uhr **Wanderung Wachberg**
Treff PSKB, Strecke insgesamt etwa 6 km

Mo 09.03. 10:00 Uhr **Kreativtreff: Backen**

Di 17.03. 10:00 Uhr **Frühlingswanderung
Polenztal**
Treff PSKB, Strecke etwa 5 km

Sa 28.03. 10:00 Uhr **Gemeinsam Mittag Ko-
chen und Genießen**
wir bitten um Anmeldung bis 25.03.2026

Mo 30.03. 10:00 Uhr **Kreativtreff: Ostern**

Di 31.03. 10:00 Uhr **Wanderung nach Ber-
thelsdorf**
Treff PSKB, Strecke insgesamt 6 km

Kreativtreff

Im Kreativtreff nähen und basteln wir gemeinsam oder tun andere kreative Dinge. Vorlagen und Ideen haben wir in der PSKB.

