

### Unsere Kontakt- und Beratungsstelle

in Pirna unterstützt und begleitet erwachsene Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen sowie Menschen in Krisenzeiten. Darüber hinaus sind wir auch für Angehörige und andere Kontaktpersonen da.

### Unsere Angebote

- Anleitung und Unterstützung im Alltag
- Beratungsgespräche bei Bedarf
- Hilfestellung bei Behördenangelegenheiten
- Information über und Vermittlung in das sozial-psychiatrische Hilfesystem

Die Beratungen sowie Gruppenangebote sind kostenfrei.

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

### Gemeinsam Freizeit gestalten

- Koch- und Backgruppe
- kognitives Spiel- und Sozialtraining
- offene Gesprächsrunde
- Lesekreis
- Bewegungsgruppe
- Malgruppe
- Gartengruppe
- Freitagsfrühstück
- Ausflüge und Veranstaltungen

Wir sind zu folgenden Zeiten für Sie erreichbar:

|                  |                   |
|------------------|-------------------|
| Montag, Dienstag | 09:30 - 15:00 Uhr |
| Mittwoch         | 09:30 - 16:00 Uhr |
| Donnerstag       | 09:30 - 15:00 Uhr |
| Freitag          | 07:30 - 10:30 Uhr |

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

Mehr Infos über  
unsere Angebote  
finden Sie hier:



Motiv: Ulrich Schneider

## PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE Pirna

Geibeltstraße 1

01796 Pirna

 (03501) 52 73 87

[pskb.pirna@hilfe-selbsthilfe.de](mailto:pskb.pirna@hilfe-selbsthilfe.de)

[www.hilfe-selbsthilfe.de](http://www.hilfe-selbsthilfe.de)

## **Regelmäßige, offene Gruppenangebote**

### **Kochgruppe**

Montag bis Donnerstag:  
09:30 bis 13:00 Uhr

### **Bewegungsgruppe**

Montag: 13:30 bis 14:00 Uhr

### **Stadtspaziergang**

Dienstag: 13:30 bis 15:00 Uhr  
Auf Wunsch mit Einkehr z.B. Eis essen

### **Gartengruppe** (Frühjahr bis Herbst)

Donnerstag: 09:30 bis 10:30

### **Kognitives Training**

Montag, Dienstag: 10:00 bis 11:00 Uhr

### **Malgruppe**

Mittwoch: 13:30 bis 15:00 Uhr

### **offene Gesprächsrunde**

Donnerstag: 10:30 bis 11:00 Uhr

### **Lesekreis:**

Donnerstag: 13:30 bis 14:30 Uhr

### **Freitagsfrühstück**

Freitag: 07:30 bis 10:30 Uhr

## **Weitere Veranstaltungen von April bis Juni 2026**

### **April**

#### **02.04.2026 Osterbrunch**

**11:00 Uhr bis 14:00 Uhr**

PSKB Geibeltstr. 1

#### **07.04. 20226 / 13:00 Uhr**

#### **Besuch Verkehrsmuseum Dresden**

Treffpunkt PSKB Pirna, Geibeltstr. 1

#### **18.04.2026 / 11:30 Uhr**

#### **Gaststättenbesuch**

Treffpunkt PSKB Pirna, Geibeltstr. 1

Voranmeldung erbeten bis 10.04.2026

### **Mai**

#### **06.05.2026 / 13:30 Uhr – 15:00 Uhr**

#### **Zeichnen in der Natur**

Treffpunkt PSKB Geibeltstr. 1

### **Juni**

#### **20.06. 2026 / 14:00 Uhr**

#### **Stadtfest Pirna**

Treffpunkt PSKB Pirna, Geibeltstr.1



Veranstaltungen geben wir vierteljährlich bekannt.

## **Platz für Ihre Notizen**

