

Montag:

Beratung

9.00 Uhr- 15.00 Uhr

Dienstag:

09.00 Uhr -19.00 Uhr

Mittwoch:

10.00 Uhr- 18.00 Uhr

Donnerstag:

09.00 Uhr- 21.00 Uhr

Freitag:

Beratung

08.00 Uhr- 14.00 Uhr



Kontakt- und Beratungsstelle

Zimmerstraße 14

09648 Mittweida

Telefon 03727/659003

Fax 03727/659003

mit finanzieller Unterstützung des

Landkreises Mittelsachsen

KONTAKT- UND BERATUNGS-
STELLE „SONNENBLUME“

November 2021



Zimmerstraße 14

09648 Mittweida

Tel. 03727/659003

Selbsthilfegruppen in der Kontaktstelle
(Kalenderwoche)

17.00 Uhr **Gemeinsam STARK**
(gerade Wochen, Dienstag)

14.00 Uhr **Frauengruppe**
(ungerade Wochen, Mittwoch)

18.30 Uhr **Männergruppe**
(ungerade Wochen, Donnerstag)

18.00 Uhr **Angehörigengruppe**
(2. Mittwoch des Monats)

16.00 Uhr **Schmerz lass nach**
(2. Mittwoch des Monats)

Selbsthilfegruppen in der Kontaktstelle
(wöchentlich)

13.00 - 18.00 Uhr **„Raus aus der Depression“**
(Mittwoch)

10.00 - 14.00 Uhr **„Gemeinsam statt einsam“**
(Donnerstag)

Angebote in der Kontaktstelle
(wöchentlich)

Dienstag
ab 09.00 Uhr **Gesprächskreis**
Gemeinsames Kochen und Mittagessen

Mittwoch
ab 10.00 Uhr **Gesprächskreis**
Gemeinsames Kochen und Mittagessen

Donnerstag
ab 09.00 Uhr **Gesprächskreis**
Gemeinsames Kochen und Mittagessen



Dienstag, den 02.11.2021

13.30 Uhr **Psychoedukation**

Mittwoch, den 03.11.2021

15.30-18.00 Uhr Spielenachmittag

Donnerstag, den 04.11.2021

10.00 Uhr **Gedächtnistraining und Spielerunde**

13.00 Uhr **Besprechung mit dem Besucherrat**

Freitag, den 05.11.2021

9.00 Uhr **gemeinsames Frühstück mit**
Gesprächskreis

Samstag, den 06.11.2021

09.00-13.00 Uhr 6. Skatturnier

Dienstag, den 09.11.2021

13.30 Uhr **Psychoedukation**

Donnerstag, den 11.11.2021

10.00 Uhr **Gedächtnistraining und Spielerunde**

13.00 Uhr **Besprechung mit dem Besucherrat**

Freitag, den 12.11.2021

9.00 Uhr **gemeinsames Frühstück mit**
Gesprächskreis

Dienstag, den 16.11.2021

13.30 Uhr **Psychoedukation**

18.00 Uhr "Stadtgeschichte statt Geschichten"

Falko von Ginsheim erzählt uns
skurrile Geschichten aus Mittweida

Donnerstag, den 18.11.2021

10.00 Uhr **Gedächtnistraining und Spielerunde**

13.00 Uhr **Besprechung mit dem Besucherrat**

Freitag, den 19.11.2021

9.00 Uhr **gemeinsames Frühstück mit**
Gesprächskreis

Samstag, den 20.11.2021

09.00-13.00 Uhr Laubeinsatz
am Freizeitheim Ringethal

Dienstag, den 23.11.2021

13.30 Uhr **Psychoedukation**

Mittwoch, den 24.11.2021

14.00 Uhr kreativer Nachmittag
erzgebirgische Holzkunst

Donnerstag, den 25.11.2021

10.00 Uhr **Gedächtnistraining und Spielerunde**

13.00 Uhr **Besprechung mit dem Besucherrat**

Freitag, den 26.11.2021

9.00 Uhr **gemeinsames Frühstück mit**
Gesprächskreis

Dienstag, den 30.11.2021

13.30 Uhr **Psychoedukation**