

Selbsthilfegruppen in der Kontaktstelle (Kalenderwoche)

14:00 Uhr Frauengruppe
(ungerade Wochen, Mittwoch)

16:00 Uhr Angehörige Demenzerkrankter
(2. Montag im Monat)

16:00 Uhr Schmerz lass nach
(2. Mittwoch im Monat)

17:00 Uhr Gemeinsam STARK
(3. Dienstag im Monat)

18:00 Uhr Angehörigengruppe
(2. Mittwoch im Monat)

18:30 Uhr Männergruppe
(gerade Wochen, Donnerstag)

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 9:00 Uhr:
Gesprächskreis, gemeinsames Kochen und Mittagessen

Mittwoch ab 10:00 Uhr:
Gesprächskreis, gemeinsames Kochen und Mittagessen

Donnerstag ab 9:00 Uhr:
Gesprächskreis, gemeinsames Kochen und Mittagessen

Freitag ab 9:00 Uhr:
gemeinsames Frühstück und Gesprächskreis

PSYCHOSOZIALE KONTAKT- & BERATUNGSSTELLE

“SONNENBLUME”

✉ psycho.kobs@web.de

☎ 03727 659003

📍 Zimmerstraße 12, 09648 Mittweida



PROGRAMM NOVEMBER 2024

MO 4 17:30 UHR
Kamera Sensibel in der Filmbühne Mittweida

DI 5 13:00 UHR
Psychoedukation

DO 7 10:00 UHR
Gedächtnistraining und Spielerunde

FR 8 09:00 UHR
gemeinsames Frühstück mit Gesprächskreis

DI 12 13:00 UHR
Psychoedukation

MI 13 14:00 UHR
kreativer Nachmittag

DO 14 10:00 UHR
Gedächtnistraining und Spielerunde

FR 15 09:00 UHR
gemeinsames Frühstück mit Gesprächskreis

DI 19 13:00 UHR
Psychoedukation

DO 21 10:00 UHR
Gedächtnistraining und Spielerunde

FR 22 09:00 UHR
gemeinsames Frühstück

SO 24 11:00-14:00 UHR
Sonntagsbrunch

DI 26 13:00UHR
Psychoedukation

DO 28 10:00UHR
Gedächtnistraining und Spielerunde

FR 29 09:00UHR
gemeinsames Frühstück