

## Unsere Öffnungszeiten:

Montag	14. <sup>00</sup> - 19. <sup>00</sup> Uhr
Dienstag	09. <sup>00</sup> - 14. <sup>00</sup> Uhr
Mittwoch	12. <sup>00</sup> - 17. <sup>00</sup> Uhr
Donnerstag	09. <sup>00</sup> - 15. <sup>00</sup> Uhr
Freitag	09. <sup>00</sup> - 14. <sup>00</sup> Uhr

Jeden 2. und 4. Sonntag im Monat von 10 – 15 Uhr geöffnet.

## Ansprechpartner\*innen:

Frau Ratzka, Frau Broberg, Frau Götz, Herr Richter

## Wöchentliche Angebote

### Montag

14.<sup>30</sup> - 15.<sup>30</sup> Uhr Redaktionsteam „PS“ Zeitung  
16.<sup>00</sup>- 17.<sup>00</sup> Uhr Spielenachmittag  
17.<sup>00</sup>- 18.<sup>00</sup> Uhr Qigong  
18.<sup>00</sup>- 19.<sup>00</sup> Uhr Gitarrenkurs

### Dienstag

09.<sup>00</sup>- 10.<sup>00</sup> Uhr Backen für die Cafeteria  
10.<sup>00</sup>- 11.00 Uhr Malerei  
11.<sup>00</sup>- 12.<sup>00</sup> Uhr gemeinsames Kochen  
12.<sup>00</sup>- 13.<sup>00</sup> Uhr Mittagessen  
13.<sup>00</sup>- 14.<sup>00</sup> Uhr Activity- Zeit (Tischtennis, Dartspiel)

### Mittwoch

13.<sup>00</sup>- 14.<sup>00</sup> Uhr Gedächtnistraining  
14.<sup>00</sup>- 15.<sup>30</sup> Uhr Cafeteria  
15.<sup>00</sup>- 16.<sup>30</sup> Uhr Sprechzeit Herr Liedemann  
15.<sup>30</sup>- 17.<sup>00</sup> Uhr Musikgruppe KOBsikanten

### Donnerstag

09.<sup>30</sup>- 10.<sup>30</sup> Uhr Malerei  
10.<sup>30</sup>- 11.<sup>30</sup> Uhr Gedächtnistraining  
12.<sup>30</sup>- 15.<sup>00</sup> Uhr Stricken und Häkeln mit Anleitung

### Freitag

09.<sup>30</sup>- 11.<sup>30</sup> Uhr Frühstück  
11.<sup>30</sup>- 14.<sup>00</sup> Uhr Nordic Walking

## Wir bieten:

### Einzelberatung für Menschen:

- die sich selbst seelisch belastet fühlen
- die psychisch erkrankt sind
- die sich in einer Umbruchsituation ihres Lebens befinden
- die seelisch und körperlich gesund bleiben wollen
- die Angehörige oder Vertrauenspersonen psychisch kranker Menschen sind
- die über weitere psychiatrische Angebote informiert werden wollen

Unsere Beratung ist für Sie kostenlos und auf Wunsch anonym. Wir unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht.

### In unseren offenen Gruppen können Sie:

- soziale Kompetenzen durch Kontaktmöglichkeiten fördern
- gemeinsame Wanderungen, Ausflüge, Feste mit planen und daran teilnehmen
- einer angebotenen kreativen Beschäftigung nachgehen
- sich in Gesprächsrunden über verschiedene Themen austauschen
- an Fachvorträge und Informationsveranstaltungen teilnehmen

### Außerdem bieten wir:

- **Bücherausleihe** ist zu jeder Zeit in unserer Bibliothek in der KOBs zu den Öffnungszeiten möglich

### Hinweis:

#### Offener Treff in der Teestube

Dobenaustraße 9, Plauen  
jeden Donnerstag 16.00-18.00 Uhr

## Veranstaltungen

### Mai 2024

Freitag, 03.05. 24	Brunch mit anschließendem Singen	9.30 Uhr
Freitag, 17.05. 24	Kreativangebot – Töpfern	11.30 Uhr
Mittwoch, 22.05. 24	Bunte Runde Informationsveranstaltung zum Urlaub nach Weimar	14.30 Uhr
Dienstag, 28.05. 24	Treffpunkt in Plauen PSKB Ausflug in die Kontakt- und Beratungsstelle nach Reichenbach	10.00 Uhr
Sonntag, 12.05. 24 & 26.05. 24	Gemeinsames Mittagessen und Kaffeetrinken	10.00 – 15.00 Uhr

### Juni 2024

Montag, 03.06. 24	Grillen in PSKB (bitte mit Voranmeldung)	16.00 Uhr
Mittwoch, 05.06. 24	Bunte Runde Vorstellung des Pflegenetzwerkes	14.30 Uhr
Freitag, 07.06. 24	Schließtag - ganztägig (interne Weiterbildung)	
Freitag, 14.06. 24	Brunch mit anschließendem Singen	9.30 Uhr
Dienstag, 25.06. 24	Tierpark Hirschfeld (bitte mit Voranmeldung)	10.00 Uhr
Sonntag, 09.06. 24 & 23.06. 24	Gemeinsames Mittagessen und Kaffeetrinken	10.00 – 15.00 Uhr



Quelle: www.openstreetmap.org

### Wegbeschreibung

Die Psychosoziale Kontakt- Beratungsstelle befindet sich in der Annenstraße 4 in unmittelbarer Nähe des Stadtzentrums von Plauen.

Mit den Straßenbahnlinien 1/2/4/5/6 fahren Sie zur Haltestelle „Capitol“. Rechts zwischen der Bahnhofstraße 28/30 befindet sich der Durchgang zur Annenstraße. Die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle ist gleich das erste Haus auf der rechten Seite, nach dem Durchgang.



Verein „Partner für psychisch Kranke“ e.V.



### Inhalte der Arbeit entsprechend unserem Leitbild

- Partner an der Seite psychisch kranker Menschen
- Angebote schaffen
- Respekt / Wertschätzung / Empathie
- Innovation / Wissen / Lernen
- Transparenz / Qualität
- Arbeiten im Team
- Selbsthilfe: „Hilfe zur Selbsthilfe“



Verein „Partner für psychisch Kranke“ e.V.

Mai / Juni 2024

### PSYCHOSOZIALE KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE PLAUEN



- Sozialtherapeutische Wohnstätte
- Außenwohngruppen
- Ambulant Betreutes Wohnen
- Ambulant Betreute Seniorengruppen
- Sozialtherapeutische Tagesstätte
- Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle
- Betreutes Wohnen in Familien
- Soziotherapie

### Kontakt Geschäftsstelle

Fasanenring 8  
08525 Plauen

Tel.: 03741 550790  
Fax: 03741 5507915  
E-Mail: [www.paritas-plauen.de](mailto:www.paritas-plauen.de)



Diese Maßnahme wird mitfinanziert aus Mitteln des vom Kreistag des Vogtlandkreises beschlossenen Haushaltes.



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

[www.paritas-plauen.de](http://www.paritas-plauen.de)

Annenstraße 4  
08523 Plauen

Tel.: 03741 133119  
Fax: 03741 394542  
[kobs@paritas-plauen.de](mailto:kobs@paritas-plauen.de)  
[www.paritas-plauen.de](http://www.paritas-plauen.de)