

## Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

- Kostenlose und unverbindliche Anlaufstelle für Menschen in seelischen oder sozialen Krisen oder deren Angehörige und Freunde
- Komplementärer, ambulanter Versorgungs- und Beratungsdienst, ganz ohne bürokratische Hürden
- Jeder ist willkommen, es ist keine Antragstellung nötig
- Begleitung in schwierigen Lebenssituationen durch kundiges Fachpersonal
- Verschiedenste Möglichkeiten der gemeinsamen Alltags- und Freizeitgestaltung
- Förderung Ihres Engagements, sich in Selbsthilfegruppen zu betätigen

Die PSKB wird gefördert durch den Landkreis Leipzig und die Landesdirektion Leipzig.

**Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB)**  
Deutzener Straße 14  
04552 Borna

### Öffnungszeiten

Montag 9.00 - 15.30 Uhr  
Dienstag 9.00 - 17.00 Uhr  
Mittwoch 9.00 - 15.30 Uhr  
Donnerstag 9.00 - 19.00 Uhr  
Freitag 9.00 - 14.00 Uhr

Ansprechpartnerin  
Katrin Pfeifer  
Leiterin PSKB  
Tel. 03433 9190 67  
Fax 03433 9190 70  
E-Mail  
k.pfeifer@diakoniezschadrass.de

**Diakonie** 

## Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

### Beratung und Begleitung



Diakoniewerk Zschadraß  
gemeinnützige GmbH  
Im Park 15a  
04680 Colditz

Tel. 034381 87 0  
Fax 034381 87 109  
www.diakoniezschadrass.de

Ein Unternehmen der  
Diakoniestiftung in Sachsen  
2010/24001/16/05/2

**Medizinisch führend.  
Ganzheitlich helfend.**

**Diakonie**   
**Kliniken  
Zschadraß**

Diakoniewerk Zschadraß  
gemeinnützige GmbH

Fachkrankenhaus für  
Psychiatrie, Psychotherapie  
und Neurologie

Katrin Pfeifer  
Leiterin PSKB

Lehrkrankenhaus der  
Paracelsus Medizinische  
Privatuniversität Salzburg

Tel. 03433 9190 67  
Fax 03433 9190 70

Seniorenpflegeheim  
Wohnheim für Menschen mit  
Behinderung



Dipl. Sozialarbeiterin  
**Katrin Pfeifer**  
Leiterin PSKB  
Tel. 03433 9190 67

*Eine emotionale Störung kann jeden Menschen in jeder Lebensphase treffen. Selten aber fühlt man sich bereit, bei seelischen Problemen sofort den Arzt aufzusuchen. Zu groß ist bei Vielen die Angst vor dem Stigma, das der Besuch beim Therapeuten mit sich bringt. Auch Vorbehalte gegen Therapien und Medikamente halten so manchen davon ab, sich professionell helfen zu lassen. Manchmal braucht man einfach nur Kontakt, eben jemanden zum Reden.*

*Wir bieten Menschen in Not Beistand und Beratung in schweren Lebenslagen an. Wenn Sie merken, dass der Alltag Sie überfordert, werden Sie Erleichterung verspüren, indem Sie sich uns anvertrauen. In persönlichen Gesprächen mit uns und Anderen können Sie Halt finden und Ihren Problemen gestärkt entgegen treten.*

**Katrin Pfeifer**

## Gemeinsam stark

Unser Team besteht aus zwei Sozialarbeiterinnen und einer Ergotherapeutin, die zur persönlichen Beratung und in vielfältigen Angeboten zur Beschäftigung und Freizeitgestaltung für Sie da sind.

### Beschäftigungs- und Kontaktangebot

Tagesstrukturierende Angebote:

- Kochgruppen, Ernährungsberatung, alltagspraktisches Training, ganzheitliches Gedächtnistraining
- Offene Treffs und Treffen von Interessengruppen
- Kreative Angebote: Tonarbeiten, Flechtarbeiten, Holzarbeiten, Malen, Zeichnen, Theaterprojekt, Singen, Musik und Bewegung u.a.
- Kursangebote im Bereich Gesundheitstraining und Prävention, z.B. Yoga, Achtsamkeitstraining, Rückenschulkurs, Nordic Walking und Entspannungskurse
- Angebote zur Freizeitgestaltung: Spazieren, Wandern, Radfahren, Ausflüge, Gestaltung von eigenen kulturellen Veranstaltungen und Besuche von öffentlichen Veranstaltungen sowie gemeinsame Urlaubsreisen
- Informationsveranstaltungen
- Etablierung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen und Angehörigengruppen



## Immer für Sie da

Seit 2010 gibt es die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle in Borna.

Falls Sie sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden, oder Sie Angehörige oder Freunde haben, welche sich in seelischer Not befinden, bieten wir Ihnen Begleitung und Beratung an. Wir unterstützen Sie bei Behördenangelegenheiten und können weiterführende Hilfen vermitteln. Auch bei der Bewältigung schwieriger Alltagsprobleme sind wir Ihnen und Ihren Angehörigen sehr gern behilflich.

Jeder kann – auch ganz ohne Voranmeldung – bei uns seine persönlichen Probleme ansprechen. Wir wollen Ihnen helfen klarer zu sehen und Wege zu finden. Die Beratung kann innerhalb unserer Öffnungszeiten nach vorheriger Terminabsprache erfolgen oder auch am Telefon. Das Wichtigste ist, dass es hier Möglichkeiten gibt, Zeit gemeinsam mit anderen zu verbringen und zu gestalten. Sie werden feststellen, dass es gut tut ganz einfach mit jemandem zu reden, kochen, werkeln oder spielen.

