

Regelmäßig in Zittau

Mo	10-15 Uhr	SHG „Flotte Nadel“(Nähgruppe)
	18-20 Uhr	SHG Depression (jeder 1. und 3. Mo.)
	10 Uhr	Wandergruppe, jeden 1. Mo im Monat (mit Thomas Voigt)
Di	10-14 Uhr	SHG „Zittauer Malgruppe“
	10-13 Uhr	SHG „augen-blick-mal“ (Löbauer Str. 12, Hinterhaus)
	14-16 Uhr	Treff (mit Anmeldung)
	16-18 Uhr	Kleingruppenangebot (mit Anmeldung)
	16-18 Uhr	Kontakt- und Austauschgruppe für junge Erwachsene mit psychosozialen Problemen (14tägig, online)
Mi	16:30-18:30	SHG „Chronischer Schmerz“ (jeder 2. und 4. Mi.)
	11- 16 Uhr	SHG Füreinander stark (Hörnitz)
Do	09:30-11:00	Beratungsangebot mit Anmeldung
Fr	09-12 Uhr	Beratung (mit Anmeldung)
	14-16 Uhr	Kleingruppenangebot (mit Anmeldung)

Änderungen vorbehalten!

Wir danken allen Freiwilligen, Ehrenamtlichen und Spendern für Ihre Unterstützung!



Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtages beschlossenen Haushaltes.

Aktuell in Zittau

04.01.	16- 18 Uhr	Kreatives Schreiben
07.01.	14- 16 Uhr	Gedächtnistraining
11.01.	16 Uhr	Gruppenentspannung
14.01.	14- 16 Uhr	Kreativ
18.01.	16- 18 Uhr	thematischer Nachmittag Vergebungsarbeit
21.01.	14- 16 Uhr	Qi Gong
25.01.	16- 18 Uhr	Themenabend: gewaltfreie Kommunikation Teil II
28.01.	14- 16 Uhr	Entspannung

Donnerstags gibt es im Januar nur die Möglichkeit zur Beratung, kein Frühstück.

**Bitte kein Händeschütteln!!
Mindestabstand von 1,50 einhalten!!
4 Personen pro Angebot
BITTE ZU ALLEN ANGEBOTEN ANMELDEN!!!!!!**

Ansprechpartner*in:
Franka Schönfelder, Christof Müller, Anna Kirsche
Böhmische Straße 12 // 02763 Zittau
Tel.: 03 58 3 - 51 11 28
Mail: pskb-zittau@ptv-sachsen.de
www.ptv-sachsen.de/pskbzi



Scan me

Kontakt
Begegnung
Beratung

Angebote in Ebersbach

Montag	14- 16 Uhr 16- 18 Uhr	Treff mit Anmeldung Kleingruppenangebot
Donnerstag	09- 11 Uhr	Beratung nach Vereinbarung
03.01.	16 Uhr	Kreativ Teamspiel: fertig Bauen
10.01.	16 Uhr	Kreatives Schreiben
17.01.	16 Uhr	kreativ mit Heike/ Wimpelkette Spielenachmittag
24.01.	16 Uhr	thematischer Abend Vergebungsarbeit
31.01.	16 Uhr	Winterwanderung

Kontakt

Daniela Spottke „Treff N° 47“
Hofeweg 47 // 02730 Ebersbach
Tel.: 01 52 – 29 63 23 37
Mail: spottke@ptv-sachsen.de

Ergotherapie des ptv Sachsen in Gruppen- oder Einzeltherapie. Bei Interesse bitte melden unter:
Zittau 03583/511150
Ebersbach 03586/3678300

*„Im Winter wird jedes Lächeln zum hellsten Licht.“
Monika Minder*

**ptv**
Sachsen
zusammen mit uns



Bild von Pixabay

Januar 2022

 **Psychosoziale Kontakt-
und Beratungsstelle**

Psychosozialer Trägerverein Sachsen e.V.
Böhmische Straße 12 // 02763 Zittau
pskb-zittau@ptv-sachsen.de // www.ptv-sachsen.de