

AWO Kontakt- und Beratungsstelle „KOBS“

Herzberger Straße 24/26
01239 Dresden
Telefon 0351 2881982

Eingang von der Prohliser Allee
Zugang barrierefrei



Bei uns im März

Tag	Angebot	Zeit
Mo 03.03.	Kaffeepausch am Mittag SHG „Junge Menschen I“	11.30 18.30
Di 04.03.	<u>Ausflug:</u> Von der Waldschlößchenbrücke zur Frauenkirche, mit Einkehr	<u>Treff:</u> 10Uhr KOBS
Mi 05.03.	Kochgruppe SHG „Junge Menschen II“	11.00 17.30
Do 06.03.	„Gemütlicher Donnerstag“ Technik-Sprechstunde Romméabend	15.30 16.00 18.00
Fr 07.03.	<u>Kreativ:</u> Pompom-Vögel	11.00 - 13.00
Mo 10.03.	Yoga auf dem Stuhl Kaffeepausch am Mittag <u>Kultureller Abend:</u> Dart und Pizza, bitte anmelden	10.15 - 11.15 11.30 17.30
Di 11.03.	Mittagstisch im Gasthof „Leubnitzer Höhe“, anschließend Kegeln, mit Anmeldung	12.00 - 15.00
Mi 12.03.	Kochgruppe Technik-Sprechstunde <u>Mußestunde:</u> gemeinsames Abendbrot	11.00 14.00 17.30
Do 13.03.	„Gemütlicher Donnerstag“ Romméabend	15.30 18.00
Fr 14.03.	<u>Kreativ:</u> Frühling an unseren Fenstern	11.00 - 13.00
Mo 17.03.	Kaffeepausch am Mittag SHG „Junge Menschen I“	11.30 18.30

Unsere Kontakt- und Beratungsstelle wird gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden und den Freistaat Sachsen, mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresdener



Di 18.03.	<u>Ausflug:</u> Garnisonskirche - Prießnitzgrund - „Panama“, mit Einkehr	<u>Treff:</u> 10Uhr KOBS
Mi 19.03.	Kochgruppe Malgruppe SHG „Junge Menschen II“	11.00 14.30 17.30
Do 20.03.	„Gemütlicher Donnerstag“ Technik-Sprechstunde Romméabend	15.30 16.00 18.00
Fr 21.03.	<u>Kreativ:</u> Frühlingsgesteck, bitte Blumentopf mitbringen	11.00 - 13.00
Mo 24.03.	Yoga auf dem Stuhl Kaffeepausch am Mittag SHG „Walking“ <u>Kultureller Abend:</u> Spieleabend und Häppchen	10.15 - 11.15 11.30 14.30 Hst.Querallee 17.30
Di 25.03.	<u>Ausflug:</u> An der Elbe entlang vom Theaterplatz zum Elbepark, mit Einkehr	<u>Treff:</u> 10Uhr KOBS
Mi 26.03.	Kochgruppe Technik-Sprechstunde <u>Mußestunde:</u> gemeinsames Abendbrot	11.00 14.00 17.30
Do 27.03.	„Gemütlicher Donnerstag“ Abschiedskaffee Fr. Reinhardt Romméabend	15.30 15.30 18.00
Fr 28.03.	<u>Kreativ:</u> Eierkerzen, bitte bunte Wachsreste mitbringen	11.00 - 13.00
Mo 31.03.	Kaffeepausch am Mittag SHG „Junge Menschen I“	11.30 18.30

Technik-Sprechstunde:

Im März findet jede Woche eine Technik-Sprechstunde statt. Termine finden Sie im Kalendarium.
Für mehr Informationen: siehe Aushang KOBS.

Neuer 10er Kurs: „Yoga auf dem Stuhl“

Ab März findet alle 14 Tage montags 10:15-11:15 Uhr „Yoga auf dem Stuhl“ statt. Termine finden Sie im Kalendarium. Infos und Anmeldung: Aushang KOBS.

Kegeln + Bowling

Jeweils einmal im Monat, Termine/Ort siehe Kalendarium bzw. Aushang in der KOBS

Kegeln

Gasthof „Leubnitzer Höhe“ in Leubnitz-Neuostra,
Treff: 12.00 Uhr zum Mittagstisch,
anschließend ab 13.00 Uhr gemeinsames Kegeln

Ausflüge

Dienstags - Wanderziele entnehmen Sie bitte dem Kalendarium
Treff/Start: 10.00 Uhr in der Herzberger Str. 24/26

Beratung



Wenn Sie ein vertrauliches Gespräch wünschen – ob zur Krankheitsbewältigung, zu persönlichen Problemlagen oder zur Arbeitswelt und Jobsuche – dann vereinbaren Sie bitte mit den Diplom-Sozialpädagogen/-innen telefonisch einen Termin unter 0351 2881982.

Selbsthilfegruppen (SHG)

- I. „Junge Menschen mit seelischen Problemen“
(bis 35 Jahre alt), Gruppentreff mit Gesprächsführung, nähere Informationen zu Inhalt und konkreten Terminen erhalten Sie von den Mitarbeitern bzw. Mitarbeiterinnen der Kontakt- und Beratungsstelle unter Tel. 0351 2881982
→ Gruppe I: montags, Termine siehe Kalendarium
→ Gruppe II: mittwochs, Termine siehe Kalendarium
- II. „Mit Hand und Fuß“: Walking, nächster Termin: siehe Kalendarium, 14.30 Uhr an der Haltestelle Querallee

Ergotherapie

Mit ärztlicher Verordnung, nähere Informationen unter Tel. 0351 283579

Projekt „Freizeitpartner“

Das Projekt führt Menschen mit psychischer Erkrankung und Menschen ohne psychische Erkrankung für Freizeitveranstaltungen zusammen. Weckt dieses Projekt bei Ihnen Interesse? Tel. 0351 2881982

Unsere Serviceangebote und Hinweise

- Die Mitarbeiter unterstützen Sie beim Ausfüllen von Anträgen oder Verfassen von Behördenbriefen
- Die Teilnahme an auswärtigen Veranstaltungen geschieht in eigener Haftung.
- Waschmaschinennutzung (2,50 € pro Ladung)
- Kopierservice (0,10 € pro Kopie)
- In der Kontakt- und Beratungsstelle ist es möglich, Ausstellungen zu realisieren; acht Wechselrahmen sind vorhanden.