

Treffpunkt

Veranstaltungskalender des Psychosozialen Zentrums

Diakonie 

Diakonisches Werk
Main-Taunus

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

- Beratung
- Begleitung
- Gruppenangebote
- Freizeitaktivitäten
- Offene Treffs

Café Ambet

65719 Hofheim, Wilhelmstraße 19

Café Schwalbennest

65824 Schwalbach, Ostring 17



Januar bis März 2018

Offener Treff im Café Ambet

Montags: 16:00 – 18:00 Uhr

Kaffee u. Gebäck
(Angebot nach Wunsch)

Dienstags: 17:00 – 19:30 Uhr

Gemeinsames Abendessen
Mit buntem Programm
Essen und Getränke zu kleinen Preisen

Wo: Cafe Ambet für Menschen mit und
ohne seelische Probleme
Wilhelmstr. 19, Hofheim

Wer: Anette Fischer
Andrea Müller
Tel.: 06192 / 956385

Programm Offener Treff am Dienstag im Café Ambet

- 02. Januar** **Bistro im Café Ambet**
Traditionell : Rippchen mit Kraut
- 09. Januar** **B12, N36, O78, BINGO**
Mit leckerer Käseplatte
- 16. Januar** **Kino im Cafe Ambet**
Belegte Brötchen
- 23. Januar** **Glück ! Glück ?**
Interessantes, Wissenswertes,
Erfahrungen zum Thema Glück



- 30. Januar** **Kegeln**
In der Hofheimer Keglerklausen
(Bitte Turnschuhe mitbringen)
- 06. Februar** **Bistro im Café Ambet**
Winterlicher Eintopf

Programm Offener Treff am Dienstag im Café Ambet

13. Februar

Helau ! Faschingsparty

Gute Laune, Musik und Köstlichkeiten
Von 11:11 Uhr bis 14:14 **in der
Tagesstätte in Schwalbach** mit
Fahrdienst



20. Februar

Rätselabend

Toast Hawaii

27. Februar

Spieleabend

HotDogs

06. März

Bistro im Cafe Ambet

Pellkartoffeln mit Matjes

13. März

„Activity“

Training der grauen Zellen und der
Lachmuskeln

20. März

Liederabend

Brezeln mit Obazda

27. März

Ostern

Rund ums Ei

Theaterprojekt – Die schrägen Vögel

Seit 4 Jahren treffen sich etliche Theaterbegeisterte um gemeinsam Theaterstücke zu entwickeln, zu proben und natürlich auch aufzuführen. Im März werden wir unser neues Stück aufführen. Wir geben rechtzeitig den Termin bekannt.



Es kann jeder mitmachen,
Kenntnisse sind nicht
erforderlich.

Wenn Sie Fragen haben oder
an der Gruppe teilnehmen möchten, einfach anrufen:
06196 / 503520.

Wo: Limesgemeinde, Ostring 15, Schwalbach
Wer: Timo Becker, Theaterpädagoge
Andrea Müller, Ergotherapeutin
Tel.: 06196 / 50 35 20

**Café
Schwalbennest**

**Ostring 17
Schwalbach**



**Jeden
Donnerstag
16:00-18:00 Uhr**

**Neues Jahr,
Neues Glück!**

Gemeinsam Zeit
verbringen,
miteinander
plaudern, Zeit
genießen und neue
Kontakte knüpfen!
Für Menschen mit
und ohne seelische
Probleme.

Highlights im Schwalbennest

- 18 Januar** **Hüttenzauber im Cafe Schwalbennest
Mit Dampfnudeln und heißer Vanillesoße**
- 08. Februar** **Ein dreifaches Helau mit leckeren
Krebbeln**
- 15. März** **Frühlingserwachen mit einem leckeren
Salat**

Wann: **Donnerstags von 16:00-18:00 Uhr**
Wo: **Diakonisches Werk, Ostring 17, Schwalbach**
Wer: **Sabrina Gebauer, Anja Voloder**
 Tel.: 06196 / 50 35 0

Denksport – der neue Trend

„Wer rastet, der rostet!“

Fitness für den Kopf – geistig wach, beweglich und trainiert sein. Mit Leichtigkeit den Durchblick behalten und die grauen Zellen auf Vordermann bringen.

Wann: Jeden Montag von 13:30 – 14:30 Uhr.
Wo: Diakonisches Werk, Ostring 17, Schwalbach
Wer: Laura Kohls
Tel.: 06196 / 50 35 17

Spielegruppe

Spannung, Spaß und Strategie

Wir wollen neue Spiele ausprobieren. Spielvorschläge sind herzlich willkommen.

Wann: Jeden Donnerstag von 13:30-15:30 Uhr
Wo: Diakonisches Werk, Ostring 17, Schwalbach
Wer: Anja Voloder
Tel.: 06196 / 50 35 0

Gebet zum Jahreswechsel (Saint Exupery)

Ich bitte nicht um Wunder und Visionen Herr,
sondern um die Kraft für den Alltag.
Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte!

Mach mich findig und erfinderisch,
um im täglichen Vielerlei und Allerlei rechtzeitig meine
Erkenntnisse und Erfahrungen zu notieren, von denen ich
besonders getroffen und betroffen bin.

Mach mich griffsicher, in der richtigen Zeiteinteilung.
Schenke mir das Fingerspitzengefühl, um herauszufinden,
was erstrangig und was zweitrangig ist.

Lass mich erkennen, dass Träumereien nicht weiterhelfen,
weder über die Vergangenheit, noch über die Zukunft.

Hilf mir, das Nächste so gut wie möglich zu tun und die
jetzige Stunde als die wichtigste zu erkennen.

Bewahre mich vor dem naiven Glauben,
es müsste im Leben alles glatt gehen.

Schenke mir die nüchterne Erkenntnis, dass
Schwierigkeiten, Niederlagen, Misserfolge und
Rückschläge eine selbstverständliche Zugabe zum Leben
sind, durch die wir wachsen und reifen.

Gib mir das tägliche Brot für Leib und Seele,
eine Geste deiner Liebe, ein freundliches Echo, und hin
und wieder das Erlebnis, dass ich gebraucht werde.

Ich weiß, dass sich viele Probleme dadurch lösen, dass
man nichts tut. Gib mir, dass ich warten kann.

Ich möchte Dich und die anderen immer aussprechen lassen.

Das wichtigste sagt man nicht selbst, es wird einem gesagt.

Du weißt, wie sehr wir der Freundschaft bedürfen. Gib dass ich diesem schönsten, schwierigsten, riskantesten und zartesten Geschäft des Lebens gewachsen bin.

Verleihe mir die nötige Fantasie,
im rechten Augenblick ein Päckchen Güte
- mit oder ohne Worte -
an der richtigen Stelle abzugeben.

Mach aus mir einen Menschen, der einem Schiff im Tiefgang gleicht, um auch die zu erreichen, die unten sind.

Bewahre mich vor der Angst, ich könnte das Leben versäumen. Gib mir nichts, was ich mir wünsche, sondern was ich brauche.

Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte !

Amen !

Mit diesem schönen Text möchten wir Ihnen allen einen guten Start in das Neue Jahr wünschen und freuen uns Sie zu unseren Angeboten begrüßen zu können.

HELAU UND ALAAF

**Faschingsdienstag, den 13. Februar 2017
von 11:11 Uhr bis 14:14 Uhr**

Motto :

„Born to be wild“

laden wir zu unserer Faschingsparty in das Diakonische Werk in Schwalbach, Ostring 17, sehr herzlich ein. Die schönsten Kostüme und die größten Faschingsmuffel werden prämiert.



Ein toller Tag

Ein Mensch erschrickt, und ihm wird klar:
Mensch heute ist doch Karneval.
Dann sucht er, Mensch ich krieg' die Motten,
Im Keller Karnevalsklamotten.

Der Hut ist alt, aus Opas Schrank,
Das Nachthemd, längs gestreift, macht schlank.
Ein bunter Schal noch um den Hals,
Denn Karneval ist's immer kalt.

Damit man sein Gesicht nicht sieht,
Er einen Strumpf sich überzieht.
Zwei Augen schlitzt er noch hinein,
Ein Loch für's Nasenbein muß sein.

Zwei Socken dann, links grün, rechts rot,
So zieht der Mensch als Jecke los.

Es stürzt der Mensch sich ins Getümmel,
Als Jeck verklärt, als Mensch verstümmelt.
Doch ihn schert's nicht, denn dieser Tag,
Ist einmal nur in jedem Jahr.

So singt und swingt und trinkt der Mensch,
Versäuft vielleicht sein letztes Hemd,
Und wankt nach Haus - sonst braver Vater -
Mit schiefem Gang und Faschingskater.
Am Mittwoch ist es dann vorbei.
Zurück im Alltagseinerlei,
Erkennt der Mensch sehr rasch: das war's
Nicht viel und doch, er hat's gewagt.

Das hält ihn fit und gibt ihm Kraft;
Denn nächstes Jahr, genau um acht,
Wird dieser Mensch erneut sich fragen,
An einem der drei tollen Tage:

Soll ich als Mensch mich neu verstümmeln,
Und mich in dem Getümmel lümmeln,
Und trinken, swingen und auch singen,
Erneut den Kater heimwärts bringen?

Weil er sich doch am besten kennt,
Wird er es tun; denn Mensch bleibt Mensch.
Und deshalb sei auch Euch gesagt,
Vergeßt des Alltags Last und Plag'.

Seid fröhlich, lustig, spritzig, heiter;
Denn Lebensuhren gehen weiter.
Der nächste Morgen kommt bestimmt,
Weil er heut' schon das Gestern nimmt.

Und auch am Ende ist Euch klar,
Daß morgen längst schon gestern war.
So ist und war es allemal
Und nicht zuletzt im Karneval

Wir bieten einen **Fahrdienst** an **um 10:30 Uhr ab dem Cafe Ambet** und bitten Sie hierzu um **Anmeldung bis zum 10.02.2017** unter der Telefonnummer : 06196 – 50350 oder direkt im Cafe Ambet.

Infos

Selbsthilfegruppen bei psychischen Problemen:

„Menschen mit Depressionen“

Ansprechpartner : Herr Pollack, Tel: 06196 – 61242
Wo: Limes Gemeinde, Ostring 15, Schwalbach
Wann: 14 – täglich freitags, 18.00 – 20.00 Uhr

„Psychotreff Kelkheim“

Ansprechpartner : Achim Zunker, Tel: 06196 - 72199
Wo: Jazzclub, Kelkheim
Wann: 1. Sonntag im Monat, 15.00 Uhr

Diakonisches Werk Main Taunus Ostring 17 65824 Schwalbach Tel.: 06196 – 5035 – 0 www.dwmt.de info@dwmt.de	Café Ambet in der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle Wilhelmstraße 19 65719 Hofheim Tel.: 06192 - 956385 cafe.ambet@dwmt.de
--	--