

PSYCHOSOZIALES ZENTRUM MITTE
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB)
Neuigkeiten, Events und Wissenswertes
Juli 2024



Gemeinsam Wege gehen

Angebote und Öffnungszeiten der Beratungsstelle im Juli

Montag:

10:00 Uhr – 12:00 Uhr: Offener Treff mit Frühstück

13:45 Uhr – 17:00 Uhr: Ausflug (Treffpunkt PSKB)

(Ausflug nur mit Anmeldung unter Telefon 0611-4505310)

Dienstag:

10:00 Uhr – 13:00 Uhr: Kochgruppe

(nur mit Anmeldung unter Telefon 0611-4505310)

Donnerstag:

10:00 Uhr – 12:00 Uhr: Offener Treff mit Frühstück

14:30 Uhr – 16:30 Uhr: Malgruppe

(nur mit Anmeldung bei Pia Schuster: Telefon: 0611-4505329)

1. und 3. Donnerstag im Monat (4. Juli & 18. Juli)

14:00 Uhr – 17:00 Uhr: Offener Treff

2. und 4. Donnerstag im Monat (11. Juli & 25. Juli)

14:00 Uhr – 16:00 Uhr: Schwimmen (Treffpunkt Kleinfeldchen)

14:30 Uhr – 16:00 Uhr: Literaturgruppe

(Schwimmen und Literaturgruppe nur mit Anmeldung unter 0611-4505310)

Juli Angebote

Zu unseren Ausflugs- und Veranstaltungsangeboten können wir leider nur eine begrenzte Teilnehmerzahl zulassen. Wir bitten Sie, sich für die Angebote anzumelden. Dies können Sie zum Beispiel telefonisch unter der 0611-4505310.

Ohne Anmeldung werden wir vor Ort entscheiden, ob noch weitere Personen mitgenommen werden können oder nicht.

Monatsübersicht

01.07.2024/ 13:45 Uhr: Billiard

08.07.2024/ 13:45 Uhr: Kasteler Strand

15.07.2024/ 13:45 Uhr: Fasanerie

22.07.2024/ 13:45 Uhr: Freizeitgelände „Lufti“

29.07.2024/ 13:45 Uhr: Apothekergarten

Name: **Wir gehen Billiard spielen**

Datum/Uhrzeit: 01.07.2024/ 13:45 Uhr (Treffpunkt PSKB)

Worum geht es: Wir gehen in Wiesbaden Billiard spielen. Wer möchte, kann unter Anleitung ein paar neue Tricks lernen oder einfach zum Spaß spielen.

Kosten: **3,50 Euro**



Name: **Kasteler Strand**

Datum/Uhrzeit: 08.07.2024/ 13:45 Uhr (Treffpunkt PSKB)

Worum geht es: Wir fahren mit Euch zum Kasteler Strand machen und genießen dort die Sonne mit einem kühlen Erfrischungsgetränk.

Kosten: **2,50**



Name: **Spaziergang an der Fasanerie**

Datum/Uhrzeit: 15.07.2024/ 13:45 Uhr (Treffpunkt PSKB)

Worum geht es: Wir möchten gerne mit Euch zusammen einen Spaziergang an der Fasanerie machen.

Kosten: **kostenlos**



Name: **Picknick Freizeitgelände „Lufti“**

Datum/Uhrzeit: 22.07.2024/ 13:45 Uhr (Treffpunkt PSKB)

Worum geht es: Wir wollen mit Euch gemeinsam auf dem wunderschönen Freizeitgelände „Lufti“ Unter den Eichen picknicken, Federball spielen, die Sonne genießen.

Kosten: **3,50**



Name: **Apothekergarten**

Datum/Uhrzeit: 29.07.2024/ 13:45 Uhr (Treffpunkt PSKB)

Worum geht es: Wir möchten mit Euch zusammen den wunderschönen Apothekergarten in der Aukammallee erkunden. Dort gibt es mehr als 270 Pflanzenarten zu entdecken.

Kosten: **kostenlos**



Rezept des Monats

Sommerlicher Kichererbsen-Salat

Für 2 Portionen

1 gr. Dose/n Kichererbsen (400 g)

1 Zwiebel(n), rote

1 Zucchini

1 Paprikaschote(n)

1 Chilischote(n), frische rote

½ Bund Petersilie, glatte

250 g Feta-Käse

3 EL Essig

6 EL Olivenöl

Zitronensaft

Salz

Olivenöl zum Braten



Aus Essig, Olivenöl, Zitronensaft und Salz eine Salatsauce anrühren.

Die Kichererbsen in einem Sieb abtropfen lassen und in einer Schüssel mit der Vinaigrette vermischen. Die rote Zwiebel in schmale Halbkreise und die Chilischote in sehr feine Streifen schneiden und hinzufügen.

Die Zucchini in Scheiben und die Paprika in Streifen schneiden, beides in Olivenöl braten. Die Zucchini dürfen schön gebräunt sein, die Paprika sollte nur leicht glasig gebraten werden.

Während des Bratvorganges den Schafskäse in Würfel schneiden und unter die Kichererbsenmischung heben. Die Petersilie grob hacken. Nun das gebratene Gemüse unterrühren und die Petersilie dazugeben. Zum Schluss alles noch einmal mit Zitronensaft und Salz abschmecken.

Impressum

Ihr Weg zu uns
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB)
Scharnhorststraße 24
65195 Wiesbaden
Tel. 0611-45 05 310
Fax 0611-45 05 325
psz-mitte.pskb@werkgemeinschaft-wiesbaden.de
www.werkgemeinschaft-wiesbaden.de

Bereichsleitung
Jochen Grzybek
Tel. 0611-45 05 321
Fax 0611-45 05 325
Jochen.grzybek@werkgemeinschaft-wiesbaden.de
www.werkgemeinschaft-wiesbaden.de

Unser Spendenkonto
Werkgemeinschaft e.V.
IBAN: DE46 5105 0015 0135 2792 30
BIC: NASSDE55