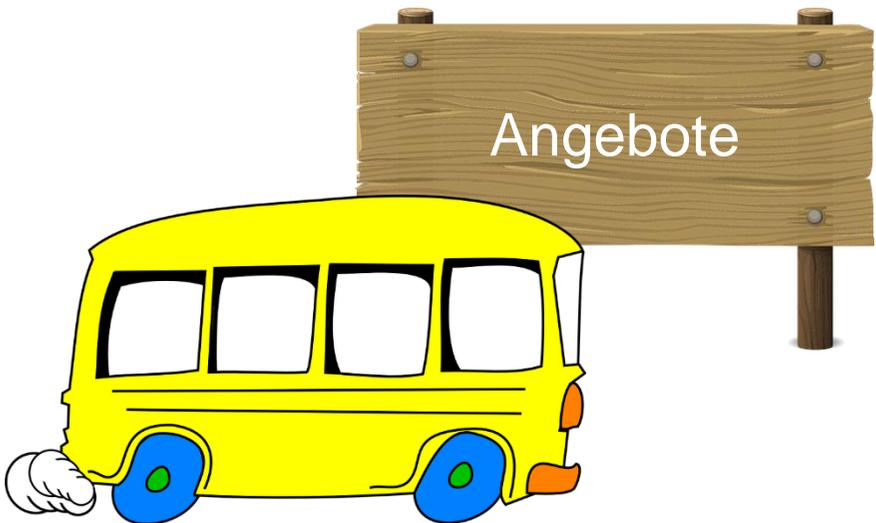


PSYCHOSOZIALES ZENTRUM MITTE
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB)
Neuigkeiten, Events und Wissenswertes
September 2024



Gemeinsam Wege gehen

Angebote und Öffnungszeiten der Beratungsstelle im September

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 (05. & 19. September)

14:00 Uhr – 16:00 Uhr: Offener Treff

2. und 4. Donnerstag im Monat (12. & 26. September)

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

(Schwimmen nur mit Anmeldung unter: 0611-4505310)

Freitag:

16:00 Uhr – 17:30 Uhr: Smartphone-Kurs (Termin wird kurzfristig bekannt gegeben)

(nur mit Anmeldung bei Michèl Höhensteiger: Telefon: 0611-4505310)

September 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

02.09.2024/ kein Ausflug

09.09.2024/ 13:45 Uhr: Billiard

16.09.2024/ 13:45 Uhr: Spiele-Nachmittag

23.09.2024/ 13:45 Uhr: Fasanerie

30.09.2024/ 13:45 Uhr: Kino-Nachmittag

Name: Heute findet leider kein Ausflug statt

Datum/Uhrzeit: 02.09.2024

Name: Wir gehen Billiard spielen

Datum/Uhrzeit: 09.09.2024/ 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: **Spiele-Nachmittag**

Datum/Uhrzeit: 16.09.2024/ 13.45 Uhr (Treffpunkt PSKB)

Worum geht es: Wir möchten mit Euch gemeinsam einen Spiele-Nachmittag veranstalten.

Kosten: **kostenlos**

Name: **Fasanerie**

Datum/Uhrzeit: 23.09.2024/ 13.45 Uhr (Treffpunkt PSKB)

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

Kosten: **kostenlos**



Name: Kino-Nachmittag

Datum/Uhrzeit: 30.09.2024/ 13.45 Uhr (Treffpunkt PSKB)

Worum geht es: Wir schauen uns gemeinsam einen Film an. Dazu gibt es Getränke und Snacks.

Kosten: 2,00 Euro



Rezept des Monats

„Kürbissuppe mit Ingwer und Kokosmilch“

Für ca. 2 - 4 Portionen

400 g	Hokkaidokürbis
300 g	Möhren, geschält
1 Stück	Ingwer, ca. 5 cm lang
½	Zwiebel
1 EL	Butter
½ Liter	Gemüsebrühe
250 ml	Kokosmilch
Salz und Pfeffer	
Sojasauce	
½	Zitrone, Saft davon



Koriandergrün zum Garnieren

Kürbis, Möhren, Ingwer und Zwiebel schälen und würfeln, in der Butter andünsten. Mit der Brühe aufgießen und in etwa 15 - 20 Minuten weich kochen. Dann sehr fein pürieren, eventuell durch ein Sieb streichen. Die Kokosmilch unterrühren, mit Salz, Pfeffer, Sojasauce und Zitronensaft abschmecken und noch mal erwärmen. Mit Korianderblättchen garniert servieren.

Eine schnelle, leicht exotische Suppe. Für diese Suppe ist es optimal einen Hokkaido-Kürbis zu verwenden, den muss man nicht schälen. In Thailand isst man Kürbissuppe mit kleinen Garnelen als Einlage.

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