

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 2019

Überlegt mal !

Stellen wir uns einmal vor, es würde uns alles gelingen. Jeder unserer Wege führte direkt zum Ziel. Wir würden keine falschen Entscheidungen mehr treffen und keine Fehler mehr machen. Alle Menschen wären perfekt. Die ganze Menschheit wäre perfekt. Wir alle würden uns nicht mehr irren und zweifeln. Wir würden keine Zeit und keine Energie mehr nötig haben. Wäre das nicht wunderbar?

Alle fürchten sich davor, Fehler zu begehen. Das alles klingt doch sehr schön! Wäre das ein Segen oder ist es von Natur aus unmöglich? Wer den Weg des Perfektionismus geht, braucht nichts auszuprobieren, muss nicht beweisen, dass er recht hat.

Alles mag ein Gewinn sein. Doch die Hürden, die man überwinden muss und die Fehler, die man begeht, aus denen man lernen kann, führen uns auf all diesen krummen Wegen doch schließlich zum Ziel. Machen uns all die begangenen Fehler nicht menschlich und liebenswert? An unseren Fehlern können wir wachsen und stärker werden. Wir werden auf dem Weg dorthin unglücklich sein, aber am Ende viel Glück erfahren. Das sind alles Lektionen! Vielleicht sollten wir den Begriff Perfektionismus meiden. Er klingt so abstrakt, so hart, einfach so perfekt.

Sprechen wir von Vollkommenheit. Das klingt runder, weicher. Ein vollkommener Mensch war, laut der Bibel,

Gottes Sohn, Jesus Christus. Er war ein Prophet. Doch viele Menschen zweifeln, dass er fehlerlos war. Hatte er eine Beziehung mit Maria Magdalena oder war er verheiratet? Um bei der Bibel zu bleiben: hätten Adam und Eva auf Gott gehört und nicht vom Baum der Erkenntnis gegessen, wären wir dann noch im Paradies? Wäre das toll oder doch langweilig? Wenn wir alle tadellos wären, was wäre am Leben noch interessant? Es wäre dann genauso langweilig wie im Paradies. Oder stellen wir uns vor alle Frauen würden einem Mann, dem perfekten Mann, nachlaufen. Wo wäre die Qual der Wahl? Ist der andere Mann nicht vielleicht hübscher, attraktiver, sympathischer, einfach ein Gentleman, ein Frauenverstehrer? Wo wäre das Kribbeln im Bauch, die Schmetterlinge im Bauch? Die allgegenwärtige Frage: „Liebt er mich? Ja oder nein?“ Wo bliebe die Liebe mit all ihren Sehnsüchten, Träumen und Wünschen? Gäbe es überhaupt den Begriff Liebe? Das Leben ohne diese Liebe wäre nicht so spannend, nicht so aufregend! Das Salz in der Suppe!

Genauso, wenn wir alle auf einer Schiene führen, z.B. in der Politik. Alle wählen konservativ! Wo bliebe die Meinungsfreiheit, die Pressefreiheit? Hätten wir dann nicht wieder eine Diktatur? Man hätte nichts zu bemäkeln, nichts wüsste man besser und es gäbe keine Änderungen und Verbesserungen. Alles lief nach festgesetzten Regeln! Wäre das nicht furchtbar und nicht ohne Pep? Es gäbe keine Wahlen. Alles läuft nach Schema F.

Wie stünde es um den Klimawandel? Gäbe es keinen? Aber hätten wir die Industrialisierung, die Weltwirtschaft, die Marktwirtschaft überhaupt gehabt? Der Rubel muss rollen! Wenn man nicht den Beruf wählen könnte, der einem zusagt. Es spielen so viele Faktoren eine wesentliche Rolle, Faktoren, die ineinander übergehen und bei diesem Thema sehr wichtig sind.

Wenn wir nicht in fremde Länder fliegen könnten, nicht mit dem Auto von A nach B fahren könnten, nicht mit dem Schiff oder der Bahn? Wo bliebe die Forschung, der Fortschritt, die Vielfalt? Alles bewegt sich, nichts verharrt in Stillstand. Wir wollen zum Mars und das Weltall erforschen. Um besser zu verstehen, wo wir herkommen und um uns weiter zu entwickeln und das Rätsel des ewigen Jungbrunnens zu knacken.

Wir streben ewiges Leben an! Welch ein Vorhaben, Welch eine Herausforderung!

Man könnte noch viele Vergleiche anstellen und das Für und Wider abwägen. Man käme aber immer wieder zu dem Ergebnis, dass die Würze des Lebens fehlen würde. Wir sind alle nur Menschen und somit fehlerhaft! Wenn wir perfekt wären, hätte der liebe Gott nichts mehr zu tun. Danken wir Gott, dass wir alle unsere Fehler haben, die uns so menschlich machen und so sympathisch!

Gedanken von Hans-Joachim Uebelacker

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
Anja Voloder
Tel.: 06192 956385

Programm Offener Treff am Dienstag im Café Ambet

- 08. Januar** **Bistro im Café Ambet**
Traditionell : Rippchen mit Kraut
- 15. Januar** **Quirkel, Skipbo oder Romme ?**
Herzlich willkommen zum Spieleabend
Es gibt gebackenen Camembert!
- 22. Januar** **Kegeln**
In der Hofheimer Keglerklausen
(Bitte Turnschuhe mitbringen)
- 29. Januar** **Rätselabend**
Wir servieren HotDogs
- 05. Februar** **Bistro im Café Ambet**
Nudelauf
- 12. Februar** **Kino im Cafe Ambet**
Belegte Brötchen zum aus der Hand
essen



Programm Offener Treff am Dienstag im Café Ambet

19. Februar **Kreativabend**
Wir gestalten Geburtstagskarten
Brezeln mit Spundekäs

26. Februar **Mitten ins Rote ! Dart !**
Mit leckerem Toast Hawaii

05. März **Faschingsfeier im Cafe Ambet**
Spaß, Tanz und Leckereien



12. März **Neuigkeiten aus Indien**
Wir kochen ein Original indisches
Gericht.

19. März **Kennen Sie Sprichwörter ?**
Zum Frühlingsbeginn essen wir
Kartoffeln mit Quark

26. März **N32, G57, O73 ???**
Vielleicht hilft die Käseplatte

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.

Am Donnerstag, dem 03. Januar ist das Cafe Schwalbennest geschlossen !!

Highlights im Schwalbennest

- 24 Januar** **Hüttenzauber im Cafe Schwalbennest**
Pichelsteiner Eintopf mit Bauernbrot
- 14. Februar** **Valentinstag**
Waffeln mit heißen Himbeeren und
Vanilleeis



- 14. März** **Bunter Nudelsalat mit Fleischkäse**

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

Kreativgruppe

Wir fahren gemeinsam in das Nähcafe nach Neuenhain. Hier haben Sie die Möglichkeit sich kreativ und gestalterisch zu entfalten.

Die Kreativgruppe macht jetzt erstmal eine Pause. Wir informieren Sie rechtzeitig, wenn es wieder los geht.



Wo: Treffpunkt ist am Diakonischen Werk Main Taunus
in Schwalbach, Ostring 17

Wer: Sabrina Gebauer
Susanne Schäfer
06196 50350

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: Anja Voloder
Tel.: 06196 503517

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: Shawn Hartkemeier
Tel.: 06196 503517

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 50350 www.diakonie-main-taunus.de info@diakonie-main-taunus.de	Café Ambet in der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle Wilhelmstraße 19 65719 Hofheim Tel.: 06192 - 956385 cafe.ambet@diakonie-main-taunus.de
---	--