

Treffpunkt

Veranstaltungskalender des Psychosozialen Zentrums

Diakonie 

Diakonisches Werk
Main-Taunus

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

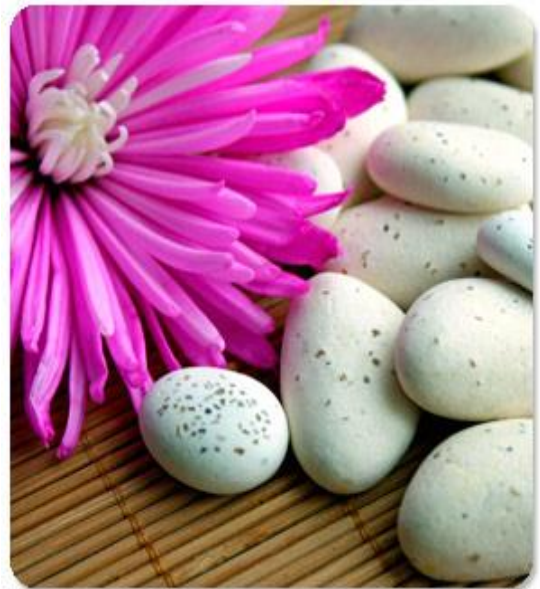
- Beratung
- Begleitung
- Gruppenangebote
- Freizeitaktivitäten
- Offene Treffs

Café Ambet,

65719 Hofheim, Wilhelmstraße 19

Café Schwalbennest,

65824 Schwalbach, Ostring 17



Juli - September 2019

Überlegt mal !

„ Die Sache mit dem Glück“

„Glück haben ist Glückssache !“ Wir laufen alle hinter dem Glück her und fangen es doch nicht ein. Wir können ihm aber zulächeln und warten, bis es uns findet. Man kann versuchen es festzuhalten, aber es vergeht sehr schnell. Alle Menschen wünschen sich Glück zu haben oder glücklich zu sein.

Was genau ist Glück eigentlich ?

Kann man sich Glück verdienen oder erhält man es nur als Geschenk ?

Diese Fragen haben sich schon die größten Denker gestellt. Der Philosoph Immanuel Kant befand, dass das Geheimnis des Glücks nirgendwo anders zu finden sei als in uns selbst. Er schrieb: „ Tue das, wodurch du würdig wirst, glücklich zu sein.“

Ich finde das vollkommen richtig ! Mir gefällt diese Aussage. Glück ist nicht ausschließlich mit Zufall, Reichtum und Erfolg zu verbinden. Meiner Meinung nach muss jeder Mensch seine inneren Werte erkennen ! Würde, Achtung haben, Respekt und Ehrfurcht ! Man kann jeden Tag ein wenig glücklich sein. Ich habe das schon öfters erfahren. Gehe ich die Straße entlang, sage ich zu wildfremden Menschen: „ Guten Tag ! Geht's gut ?“ Das zaubert ihnen ein Lächeln ins Gesicht und sie antworten mir und sind freudig und angenehm überrascht. Ich freue mich über das Lächeln und fühle mich gleich glücklich und wohl.

Geht auf eure Mitmenschen zu, reicht ihnen die Hand, seid liebevoll, höflich, bescheiden und nett und ihr werdet sehen, wie gut euch das tut. Helft, wenn Hilfe geboten ist und zeigt Mitgefühl, zeigt Empathie ! Bleibt am besten euch treu ! Versucht anzunehmen und im gleichen Maß zu geben ! Hört euren Mitmenschen zu und übt Geduld ! Lasst euch nicht vom Zorn bemächtigen, sondern lasst Güte walten !

Ich weiß, dass jeder Mensch selbst dazu beitragen kann glücklich zu sein. Es steckt soviel Potential in uns ! Man muss es nur entdecken und zulassen. Alle diese Dinge machen einen glücklich und fallen auf einen zurück. Alles was ich erwähnt habe, öffnet viele Türen und wie soll uns das Glück finden, wenn wir es nicht herein lassen.

Übrigens :

Das Streben nach Glück ist in der Verfassung der Vereinigten Staaten von Amerika sogar als Bürgerrecht festgeschrieben.

Möglichkeiten, es sich mal so richtig gut gehen zu lassen,
gibt es mindestens so viele,
wie es Menschen gibt auf der Erden.

Nehmen Sie Ihre Hängematte, genießen Sie den Tag
Und gönnen Sie sich eine kreative Pause.

Streben Sie nach den kleinen Augenblicken des Glücks,
auch wenn Sie meinen, dass Sie dazu eigentlich gar keine Zeit haben.

Treten Sie

Gut gelaunt den Anforderungen des Alltags entgegen.

Einfach mal abschalten, die Seele baumeln lassen

Und die Sonne in sein Herz lassen.

So lässt es sich leben.



Gedanken von Hans-Joachim Uebelacker

Sekundenglück (Herbert Grönmeyer)

Der Tag hat genau die richtige Kühle
Aus einem Guss und bewundernswert
Es ist die Stille der Gefühle
Ein lauer Sommer, der durch mich fährt
Ein lauer Sommer, der durch mich fährt

Und du denkst, dein Herz schwappt dir über
Fühlst dich vom Sentiment überschwemmt
Es sind die einzigartigen Tausendstel-Momente
Das ist, was man Sekundenglück nennt

Noch einen Gedanken zum „Glück“, vielleicht sind es tatsächlich die
kleinen Momente, die uns glücklich machen, einfach Sekundenglück

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 9774710

Programm Offener Treff am Dienstag im Café Ambet

- 02. Juli** **Bistro im Cafe Ambet**
Matjeshering und Kartoffeln
- 09. Juli** **Rätselabend**
Handkäs mit Musigg
- 16. Juli** **Wir spielen Dart**
Verschiedene Antipasti
- 23. Juli** **Spieleabend**
Brezeln mit Spundekäs nach Art des
Hauses
- 30. Juli** **Summerfeeling mit**
Eiskaffee/Eisschokolade
Belegte Brötchen
- 06. August** **Bistro im Cafe Ambet**
Grüne Soße mit Pellkartoffeln
- 13. August** **Sommerfest im Cafe Ambet**
Wir feiern und grillen im Höfche



Programm Offener Treff am Dienstag im Café Ambet

- 20. August** **Sommerpause**
Wir haben geschlossen
- 27. August** **Kegeln**
Alle Neune ! Heute schieben wir keine ruhige Kugel bei Anita in der Keglerklausur
- 03. September** **Bistro im Cafe Ambet**
Essen Sie gerne und gut ? Dann sind Sie bei uns richtig. Es gibt Gemüse-Nudel-Auflauf
- 10. September** **Typisch bayrisch**
Was kann das sein ? Radi ?
- 17. September** **Allerlei Geschichten**
Toast Hawaii
- 24. September** **Was bin ich ? Welches Schweinderl hätten Sie gerne ?**
Käseplatte

WIR FEIERN WIR FEIERN WIR FEIERN



Sommerfest im Cafe Ambet.

**Dienstag, den 13. August
16.00 – 19.00 Uhr**

Zum geselligen Miteinander bei Kaffee und Kuchen und anschließendem Grillen laden wir Sie herzlich ein.
Wir freuen uns über Ihren Besuch und stehen gerne zu Gesprächen zur Verfügung.

Ansprechpartner: PSKB Team

Wo: Diakonisches Werk, Wilhelmstr. 19, Hofheim
06192 -9774710

Ein offenes Ohr zu später Stunde

Das NachtCafe in Hofheim macht es möglich

Was steckt dahinter ?

Das NachtCafe richtet sich an Menschen, die nachts von Sorgen, Ängsten oder Einsamkeitsgefühlen eingeholt werden. Es bietet Raum für Beistand, Gesellschaft und offene Gespräche.

Was erwartet mich ?

- Ein offenes Ohr
- Unterstützung und Trost
- Gesellschaft und Gemeinschaft
- Gute Gespräche
- Ein gemütlicher Raum zum Wohlfühlen
- Ein engagiertes und herzliches Team von ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

Kontakt

Ansprechpartnerin: Julia Hemming, Telefon 06192-201 1636

E-Mail: julia.hemming@mtk.org

Geöffnet

Jeden 1. und 3. Samstag im Monat, 19:00 – 23:00 Uhr

Wo ?

Diakonisches Werk Main Taunus im Cafe Ambet
Wilhelmstraße 19, 65719 Hofheim

Am Samstag, dem 20. Juli laden wir Sie sehr herzlich zu einem Grillfest im NachtCafe ein. Getränke und Speisen sind kostenfrei.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Irren ist menschlich - Maislabyrinth

Irren ist menschlich, aber hier sogar erwünscht: Verlieren Sie sich in einem der größten und schwierigsten Irrgärten Hessens: Dem Maislabyrinth Liederbach. Probieren Sie es aus !

Wir laden Sie herzlich ein zu einem besonderen Tag im Maislabyrinth in Liederbach. Gemeinsam mit den Psychosozialen Zentren von EVIM und dem DRK machen wir es uns dort gemütlich bei einem Picknick und netter Gesellschaft.

Es besteht die Möglichkeit durch das Labyrinth zu laufen, ein Bad im Mais zu nehmen, auf Strohbällen zu liegen oder einfach nur den Tag zu genießen am

Mittwoch, dem 04. September, 11:30 – 15:30 Uhr

Wir bieten einen Fahrdienst ab Hofheim, Cafe Ambet und ab Schwalbach, Diakonisches Werk Main Taunus um 10 Uhr an. Bitte melden Sie sich bis zum 30. August an.



Wir freuen uns auf einen gemütlichen Tag mit Ihnen !

Ihr Team des Psychosozialen Zentrums des Diakonischen Werkes Main Taunus

**Café
Schwalbennest**

**Ostring 17
Schwalbach**



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

**Kaffee und
Kuchen**

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

Highlights im Schwalbennest

25. Juli

Grillen im Garten

29. August

Eiscafe

Wann:

Donnerstags von 16:00-18:00 Uhr

Wo:

Diakonisches Werk, Ostring 17, Schwalbach

Wer:

Sabrina Gebauer

Anja Voloder

Tel.: 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 – 15:30 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 – tägig 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

NachtCafe im Cafe Ambet, Wilhelmstraße 19, Hofheim

Ansprechpartner: Julia Hemming, Tel: 06192 – 201 1636
E-Mail: julia.hemming@mtk.org
Wann: Jeden 1. und 3. Samstag im Monat,
19:00 – 23:00 Uhr

Diakonisches Werk Main Taunus Ostring 17 65824 Schwalbach Tel.: 06196 – 5035 – 0 www.diakonie-main-taunus.de info@diakonie-main-taunus.de	Café Ambet in der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle Wilhelmstraße 19 65719 Hofheim Tel.: 06192 - 9774710 cafe.ambet@diakonie-main-taunus.de
--	---