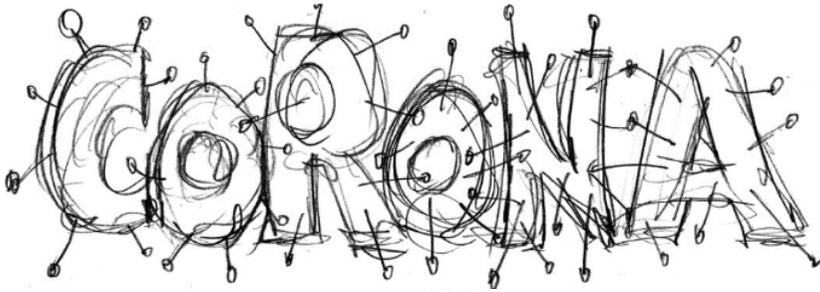


PSYCHOSOZIALES ZENTRUM MITTE
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB)
Neuigkeiten, Events und Wissenswertes
März 2023



Gemeinsam Wege gehen



Liebe Interessenten und Interessentinnen,

für die Teilnahme an unserem Kursangebot ist auch weiterhin eine Voranmeldung notwendig. Die AHA-L-Regeln zur Corona-Prävention wurden in der Kontaktstelle aufgehoben. Sie dürfen natürlich weiterhin persönliche Schutzmaßnahmen ergreifen, wenn Sie das möchten!

Sie erreichen uns unter:

☎ 0611-4505310

✉ psz-mitte.pskb@werkgemeinschaft-wiesbaden.de

Bitte beachten Sie die Aushänge vor Ort!



Rezept des Monats

Schnupfnudel-Kürbis-Pfanne



- 600 gr. Hokkaidokürbis
- 550 gr. Schupfnudeln
- 3 Stiele Petersiele
- 1 Teelöffel Butter
- 350 gr. Champignons
- 250 gr. Schmand
- 4 Esslöffel Öl
- Paprika, Salz und Pfeffer nach Geschmack

Den Hokkaidokürbis schälen und in kleine Streifen schneiden. Danach die Champignons putzen und halbieren.

Die Kürbisspalten mit 3 EL ÖL bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten braten, die Champignons mit dem restlichen Öl nach 5 Minuten dazu geben. Anschließend die Kürbisspalten aus der Pfanne nehmen und separat auf einem Teller warmhalten. Die Schupfnudeln mit der Butter für 5 Minuten mitbraten und anschließend Schmand und Gewürze hinzugeben. Die Kürbisspalten kommen wieder in die Pfanne geben und alles zusammen bei mittlerer Hitze 5 Minuten garen lassen. Die Petersilie klein schneiden und zum Anrichten benutzen.

Guten Appetit 😊

Angebote und Öffnungszeiten der Beratungsstelle im März

Montag: 10:00 Uhr – 12:00 Uhr: Offener Treff

13:45 Uhr – 17:00 Uhr: Ausflug

Dienstag: 10:00 Uhr – 13:00 Uhr: Kochgruppe

Mittwoch: 15:00 Uhr – 16:30 Uhr: Literaturgruppe

Donnerstag: 10:00 Uhr – 12:00 Uhr: Offener Treff

1. und 3. Donnerstag im Monat

14:00 Uhr – 17:00 Uhr: Offener Treff

2. und 4. Donnerstag im Monat

14:00 Uhr – 16:00 Uhr: Schwimmen

**15:00 Uhr – 16:30 Uhr: Malgruppe,
Anmeldung bei Pia Schuster: 06114505329**

Freitag: 13:00 Uhr – 14:30 Uhr: Smartphonekurs

Samstag: Geschlossen

Sonntag: 13:00 Uhr – 16:00 Uhr: Telefonberatung

März 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.

Name: **Wir gehen Billard spielen**

Datum/Uhrzeit: 06.03.2023 / 13:45 Uhr

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

Kosten: **3,50 Euro**



Name: Karottenkuchen backen

Datum/Uhrzeit: 13.03.2023/ 13:45 Uhr

Worum geht es: Wir möchten mit euch einen super saftigen Karottenkuchen mit Glasur backen.

Kosten: 2,50 Euro



Name: Frühlingsspaziergang

Datum/Uhrzeit: 20.03.2023 / 13:45 Uhr

Worum geht es: Wir möchten mit euch in Richtung „Rabengrund“ spazieren gehen und den Frühling begrüßen. Bei gutem Wetter planen wir ein kleines Kaffee- und Kuchenpicknick im Wald.

Kosten: kostenlos

Name: Frühlingsbasteln

Datum/Uhrzeit: 27.03.2023 / 13:45 Uhr

Worum geht es: Passend zur anstehenden Osterzeit, möchten wir mit euch Ostereier färben und dekorieren und ein Stück Hefezopf genießen.

Kosten: 2 Euro



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