

Treffpunkt Wilhelmsburg

WOCHENPLAN

Montag

ÖFFNUNGSZEITEN:
12-16 Uhr

12-14 Uhr Offene Beratung

Für Fragen rund um Behinderung, psychische Erkrankungen und Behördenangelegenheiten.

14-15.30 Uhr Offener Treff

Neue Leute kennenlernen, Bekannte treffen, nette Stimmung genießen.

16-18 Uhr Spieleabend

Gesellschaftsspiele, Strategiespiele und vieles mehr.

1. Montag im Monat

Dienstag

ÖFFNUNGSZEITEN:
9-14 Uhr

9.30-10.30 Uhr Bewegung

Körper fit, Seele fit: Wir widmen uns unserem Körper.

10-12 Uhr Achtsamkeit

Wie achte ich auf meine Bedürfnisse und bringe sie zu Wort.

Bitte anmelden, begrenzte Teilnehmerzahl.

11-13.30 Uhr Kochen

Gemeinsames planen, zubereiten und genießen.

Mittwoch

ÖFFNUNGSZEITEN:
9-15 Uhr

10-12 Uhr Frauenfrühstück

Vorbereiten, Tisch decken und leckeres Frühstück in Gesellschaft genießen.

13-14.30 Uhr Saz

Zusammen Saz spielen und miteinander üben.

Donnerstag

ÖFFNUNGSZEITEN:
9-11.30 Uhr und 13-18 Uhr

10-11.30 Uhr Männerfrühstück

Männer untereinander. Frühstück vorbereiten und in netter Gesellschaft verzehren.

13-15 Uhr Deutschkurs

Übungen für den Alltag, einkaufen, Beschreibungen von Körperteilen - und das alles mit Spaß.

16-18 Uhr Offener Treff

Leute treffen, Spiele spielen oder einfach nur klönen in vertrauter Runde.

Freitag

ÖFFNUNGSZEITEN:
9-14.30 Uhr

9-11 Uhr Offene Beratung

Für Fragen rund um Behinderung, psychische Erkrankungen und Behördenangelegenheiten

11-13.30 Uhr Kreativzeit

Fantasievoll sein, nähen, Schmuck basteln oder Wohnungsdeko gestalten.

14-16 Uhr HfbK-Gruppe

Zeit für Menschen mit geistiger und/oder körperlicher Beeinträchtigung. Ideen sind willkommen!

Mit Anmeldung

Samstag

Sonntag