

Programmangebote des Sozial- und Kulturzentrums (SoKuZ)

Veranstaltungsort: Gruppenraum oder Bibliothek des SoKuZ Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 10 bis 18 Uhr Sa 14 bis 17:30

Schwimmen im Sportpark am Kreideberg immer montags von 10:30 bis 11:30 Uhr und donnerstags von 11:00 bis 12:00 Uhr-sprechen Sie ihre Station an.



Montag, 26.11.2018	Dienstag, 27.11.2018	Mittwoch 28.11.2018	Donnerstag, 29.11.2018	Freitag, 30.11.2018	Wochenende
<p>10.15 bis 11.30 Uhr Offener Treff Wir machen selber Saft ☺ Danach spielen wir 'ne Runde! Und Plätzchen backen</p>	<p>10:15 bis 11:30 Uhr Kl. Kochgruppe- bis 4 Teilnehmer/innen Wir kochen vegetarisch, bitte anmelden, für Externe 2 Euro</p> <p>10:15 bis 11:30 Uhr Spaziergang auf dem Gelände</p>	<p>10:15 bis 11.30 Uhr Stadtgang & Und Plätzchen backen 10 bis 17 Uhr Adventskränze basteln</p>  <p>13.00 bis 13.30 Uhr Meditation am Mittag Ort: Kapelle</p>	<p>10:15 Uhr bis 11:30 Uhr Bunte Stunde Spiele, Achtsamkeit für Ältere Wahrnehmungsgruppe für Menschen ab 50 Jahre</p> <p>10 bis 17 Uhr Adventskränze basteln</p> 	<p>10:15 bis 12:00 Uhr Kreativwerkstatt Wir machen selber Karten ☺ Und Plätzchen backen</p> <p>10:00 bis 11:30 Uhr Stövchen Frühstück</p> <p>Ab 10 Uhr SCHLAG FRAU Petersen in Spielen</p>	<p>Samstag 01.12.2018</p> <p>10 bis 16 Uhr Markt der Möglichkeiten mit Adventsbazar</p> <p>im GESELLSCHAFTS-HAUS</p>
<p>14:00 bis 16:00 Uhr Handarbeitsgruppe Kommen sie vorbei wir stricken und häkeln zusammen und wir malen Zentangel</p> <p>15:30 bis 16:15 Uhr Yoga für Anfänger Im Tanztherapieraum</p>	<p>13:00 bis 16:00 Uhr „Stoffwechsel“ Die Kleiderboutique vom SoKuZ.</p> <p>14:00 bis 15:30 Uhr Spielertreff Rummy Cup, Take it Easy und Scrabble</p> <p>14:00 bis 16:00 Uhr Freies Malen Wir zeichnen und malen mit und ohne Themenvorgabe☺ Bitte kurz anmelden unter Tel. 20201.</p>	<p>14:00 bis 16.00 Uhr Peer-Beratung kostenlose Beratung für Psychiatrie- Erfahrene und Angehörigen, Terminvereinbarung unter .6020205</p> <p>14:00 bis 15:00 Uhr Sing MIT In der Patientenbibliothek</p> <p>14:00 bis 16.00 Uhr Hartmann Zeichnen Vor dem SOKUZ - Malraum</p>	<p>14:00 bis 15:00 Uhr Achtsamkeit für Frauen Im Tanztherapieraum. Bitte anmelden unter Tel. 60 20202 und pünktlich sein!</p> <p>14:00 bis 16:00 Uhr Freies Malen Fällt heute aus</p>	<p>14:00 bis 16:00 Uhr Spielertreff</p> <p>16:00 bis 16:30 Uhr Badminton In der Turnhalle</p> <p>16:30 bis 17.30 Uhr Volleyballgruppe In der Turnhalle</p>	<p>Sonntag, 02.12.2018</p> <p>9:30 Uhr Gottesdienst Adventssonntag mit Abendmahl</p>  <div style="border: 2px solid red; border-radius: 20px; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>Weitere Angebote:</p> <ul style="list-style-type: none"> Jeden ersten und dritten Mittwoch 10-12 Patientenfürsprecherin Haus 48, 1.OG bei der Cafeteria. Ratgeber-Fachbibliothek <u>Öffnungszeiten:</u> Di. 9 bis 11 Uhr Mi. und Fr. 11 bis 13 Do. 14 bis 16 Uhr </div>
<p>16.30 bis 17.30 Uhr Volleyballgruppe Für alle, die Spaß an Bewegung haben</p>	<p>16:00 bis 18:00 Uhr Yoga im Tanztherapieraum 3 Euro</p> <p>16.30 bis 17.30 Uhr Gedächtnistraining Mit viel Spaß trainieren wir spielerisch unseren Geist und unsere Sinne.</p>	<p>16:00 bis 17:00 Uhr Zumba für Frauen Im Tanztherapieraum</p> <p>16:15 bis 17:45 Uhr Heilsames Singen Im Saal</p>	<p>14:00 bis 16:00 Uhr Spiele Anders Wir probieren neue Spiele aus oder Spielen alte Spiele NEU</p> <p>16:30 bis 17:30 Uhr Kicker und Co Treffpunkt Billardtisch.</p>	<p>19.30 bis 21.00 Uhr Selbsthilfegruppe Alkohol und Medikamente Kontakte: Holger und Kurt, Tel. 04131-516 02</p>	