

Programmangebote des Sozial- und Kulturzentrums (SoKuZ)

Veranstaltungsort: Gruppenraum oder Bibliothek des SoKuZ Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 10 bis 17:45 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, 13.05.2019	Dienstag, 14.05.2019	Mittwoch, 15.05.2019	Donnerstag, 16.05.2019	Freitag, 17.05.2019	Wochenende
<p>10.15 bis 11.30 Uhr Offener Treff Wir machen selber Saft ☺ Danach spielen wir</p> <p>14:00 bis 16:00 Uhr Sagrada und Co</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 Haushaltsmittel selber machen und Garten ☺</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>10:00 bis 11:00 Uhr Kreativwerkstatt Kettenbasteln</p> <p>10:00 bis 11:30 Uhr Stövchen Frühstück Fällt aus</p>	<p>Samstag, 18.05.2019</p> <p>13:45 Uhr Spieletreff</p> <p>16:00 bis 17:30 Volleyball</p>
<p>14:00 bis 16.00 Uhr Peer-Beratung Fällt heute leider aus.</p> <p>14:30 bis 16:00 Uhr Kino „Tschick“ Im Albert-Ransohoff Saal</p>	<p>13:00 bis 16:00 Uhr „Stoffwechsel“ Die Kleiderboutique vom SoKuZ.</p> <p>14:00 bis 15:30 Uhr Spieletreff Rummy Cup, Take it Easy und Scrabble</p> <p>14:00 bis 16:00 Uhr Freies Malen Fällt urlaubsbedingt aus</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>15:00 bis 17:00 Uhr Hartmann Zeichnen Im Malraum mit und ohne Themenvorgabe</p>	<p>14:00 bis 15:30 Uhr Achtsamkeit (Unifield Mindfulness Ansatz) für Frauen Im Tanztherapieraum. Bitte anmelden unter Tel. 60 20202 und pünktlich sein! (begrenzte Teilnehmer)</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 17:00 Uhr Spieletreff Im SoKuZ Gruppenraum</p> <p>15:30 bis 16:30 Uhr Badminton</p> <p>16.30 bis 17.30 Uhr Volleyballgruppe Fällt aus</p>	<p>Sonntag, 19.05.2019</p> <p>09:30 Uhr Gottesdienst In der Kapelle</p> 
<p>16.30 bis 17.30 Uhr Volleyballgruppe In der Turnhalle</p>	<p>15:30 bis 17:00 Uhr HATHA Yoga im Tanztherapieraum für Anfänger und Fortgeschrittene- Körper und Geist und Atmung in Einklang bringen.</p>	<p>16:00 bis 17:00 Uhr Zumba für Frauen Im Tanztherapieraum</p> <p>15:15 bis 16:30 Uhr Spieletreff Im Gruppenraum</p>	<p>14:00 bis 16:00 Uhr Freies Tanzen in der Patientenbibliothek</p>	<p>19.30 bis 21.00 Uhr Selbsthilfegruppe Alkohol und Medikamente Kontakte: Holger und Kurt, Tel. 04131-516 02</p>	<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.
<p>Das SoKuZ schließt um 17:45 Uhr die Türen</p>					