

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, 17.06.2019	Dienstag, 18.06.2019	Mittwoch, 19.06.2019	Donnerstag, 20.06.2019	Freitag, 21.06.2019	Wochenende
<p>10.15 bis 11.30 Uhr Offener Treff Wir machen selber Saft ☺ Danach spielen wir 'ne Runde!</p>	<p>10:15 bis 11:30 Uhr Kl. Kochgruppe- bis 4 Teilnehmer/innen Wir kochen vegetarisch, bitte anmelden, für Externe 2 Euro 10:15 bis 11:30 Uhr Spaziergang auf dem Gelände 13:30 bis 14:30 Uhr Schnelles gehen Treffpunkt Billardtisch H48</p>	<p>10:15 bis 11.30 Uhr Haushaltsmittel selber machen</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>10:15 bis 12:00 Uhr Kreativwerkstatt Ketten basteln</p> <p>10:00 bis 11:30 Uhr Stövchen Frühstück</p>	<p>Samstag, 22.06.2019</p> <p>13:45 Uhr Spieletreff</p> <p>16:00 bis 17:30 Volleyball Fällt heute aus</p>
<p>14:00 bis 16.00 Uhr Peer-Beratung Fällt heute aus</p> <p>14:30 bis 16:00 Uhr Kino „Fuck you Goethe 2“ ☺ 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 Scrabbel</p> <p>14:30 bis 16:00 Uhr Freies Malen Fällt krankheitsbedingt 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>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 Fällt krankheitsbedingt aus</p>	<p>14:00 bis 16:00 Uhr OFFENES SINGEN Im Albert Ransohoff Saal</p> <p>15:30 bis 16:30 Uhr Badminton Fällt heute leider aus.</p> <p>16.30 bis 17.30 Uhr Volleyballgruppe Fällt heute leider aus</p>	<p>Sonntag, 23.06.2019</p> <p>09:30 Uhr Gottesdienst In der Kapelle</p> 
<p>14:00 bis 16:00 Uhr Spieletreff</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>16.15 bis 17.15 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>15:15 bis 16:30 Uhr Spieletreff Im Gruppenraum</p> <p>16:15 bis 17:45 Uhr Heilsames Singen Im Albert –Ransohoff Saal</p>	<p>14:00 bis 16:00 Uhr Spieletreff</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>	<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

Das SoKuZ

schließt

um 17:45 Uhr

die Türen.

