

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, 02.09.2019	Dienstag, 03.09.2019	Mittwoch, 04.09.2019	Donnerstag, 05.09.2019	Freitag, 06.09.2019	Wochenende
10.15 bis 11.30 Uhr Offener Treff Wir machen selber Saft ☺ Danach spielen wir eine Runde! 14:00 bis 16:00 Uhr Peer-Beratung kostenlose Beratung für Psychiatrie- Erfahrene und Angehörigen, Terminverein- barung unter .6020205 14:00 bis 16:00 Uhr Spieletreff Wikingerschach im SoKuZ Garten	10:15 bis 11:30 Uhr Kl. Kochgruppe- bis 4 Teilnehmer/innen wir kochen vegetarisch 13:30 bis 14:30 Uhr Gehen & Achtsamkeit Fällt heute leider aus 14:00 bis 16:00 Uhr Spieletreff Cabo und Co ☺	10:15 bis 11:30 Tischtennis Im SoKuZ Garten Und Low Carb Kochgruppe, 2 Euro 13.00 bis 13.30 Uhr Meditation am Mittag Findet heute leider nicht statt 14:00 bis 15:00 Uhr Sing MIT Mitsingen erwünscht in der Patientenbibliothek 15:00 bis 17:00 Uhr Zeichengruppe mit Herrn Hartmann	10:15 Uhr bis 11:30 Uhr Bunte Stunde Spiele, Achtsamkeit und Wahrnehmungsgruppe für Menschen ab 50 Jahre 14:00 bis 16:00 Uhr Spiele Treff Im Gruppenraum 14:00 bis 15:30 Uhr Achtsamkeit (Unifield Mind- fulness Ansatz) für Frauen Im Tanztherapieraum. Bitte anmelden unter Tel. 60 20202 und pünktlich sein! (begrenzte Teilnehmer) 14:00 bis 16:00 Uhr Freies Malen Fällt urlaubsbedingt aus 16:30 bis 17:30 Uhr Kicker und Co Treffpunkt Billardtisch	10:15 bis 12:00 Uhr Kreativwerkstatt 10:00 bis 11:30 Uhr Stövchen Frühstück 14:00 bis 16:00 Uhr Spieletreff 15:30 bis 16:30 Uhr Badminton In der Turnhalle 16.30 bis 17.30 Uhr Volleyballgruppe In der Turnhalle 19.30 bis 21.00 Uhr Selbsthilfegruppe Alkohol und Medikamente Kontakte: Holger und Kurt, Tel. 04131-516 02	Samstag, 07.09.2019 13:45 Uhr Spieletreff
16.30 bis 17.30 Uhr Volleyballgruppe In der Turnhalle	15:30 bis 17:00 Uhr HATHA Yoga Für Anfänger und Fortge- schrittene Fällt heute leider aus.	16:00 bis 17:00 Uhr Zumba für Frauen Im Tanztherapieraum	17:00 bis 20:00 Uhr „Männergruppe“ im Stövchen Kontakt-und Beratungsstelle	19:00 bis 22:00 Uhr Stephans rollende Disco im Albert Ransohoff Saal	Sonntag, 08.09.2019
19:00 bis 20:30 Inforeihe- Eintritt Frei Im Albert-Ransohoff Saal „Mein Kind hat Chronische Schmerzen-und jetzt“	16.15 bis 17.15 Uhr Gedächtnistraining Heute spielen wir ☺	16:15 bis 17:45 Uhr Heilsames Singen Mitsingen erwünscht im Albert-Ransohoff Saal	Das SoKuZ schließt in der Regel um 17:45 Uhr die Türen.		

Weitere Angebote:

- Jeden ersten und dritten Mittwoch 10-12 **Patientenfürspreche-**
rin Haus 48, 1.OG bei
der Cafeteria.

