

MONTAGS

SCHWIMMGRUPPE 08:45-11:15

Gemeinsam starten wir vor der ATP, um ins „Arriba“ zu fahren. Der Eigenanteil beträgt 3€. Zusätzlich gibt es ein Aquafit Angebot für 1€.

GESANGSGRUPPE 14:00-15:00

Musik macht munter und jeder kann singen. In unserer Musikgruppe geht es um Spaß an der Musik. Da muss nicht jeder Ton sitzen.

GARTENGRUPPE 14:00-15:00

Zu sehen, was man geschafft hat, ist immer ein schönes Gefühl. Gartenarbeit kann das erzeugen. Werden Sie aktiv in unserem Garten.

SPIELEGRUPPE 14:00-16:00

Gemeinsam macht Spielen am meisten Spaß. In der Spielegruppe können Sie mit Anderen die verschiedensten Spiele spielen. Von „Activity“ bist „Zehntausend“ ist alles möglich. Vorschläge sind immer gern gesehen.

DIENSTAGS

ACHTSAME ENTSPANNUNG 14:00-15:00

Den Kopf frei kriegen und Stress abbauen. In der Achtsamen Entspannungsgruppe ist das das Ziel. Einfach mal runterfahren.

LITERATURGRUPPE 14:00-15:00

Selbst lesen, vorgelesen bekommen oder über Gelesenes diskutieren. Hier ist der Ort dafür.

OFFENE KREATIVGRUPPE 14:00-16:00

Werken, nähen, malen, sticken, töpfern und mehr ist hier möglich.

OFFENER TREFF 15:00-18:00

Kommen Sie vorbei und genießen Sie in entspannter Runde Kaffee & Kuchen. Oder Sie spielen das ein oder andere Spiel.

ANGEHÖRIGEN- GRUPPE 18:00-19:30 (ungerade Wochen)

Sie haben einen Freund, Verwandten oder Bekannten mit einer psychischen Erkrankung und brauchen Rat oder wollen sich aussprechen? Die begleitete Selbsthilfegruppe bietet den Raum dafür.

GITARRENGRUPPE 17:00-18:00

Sie möchten lernen, Gitarre zu spielen oder können bereits ein bisschen? Dann sind Sie herzlich eingeladen.

PRESSEGRUPPE 14:00-15:00

Es ist viel los in der Welt. Es kann helfen, darüber zu sprechen. In der Pressegruppe werden aktuelle Themen besprochen, aber auch Diskussionen geführt.

MITTWOCHS

FLOW & ENERGY 14:00-15:30

Bewegung tut gut. Hier gibt es Übungen aus den Bereichen Yoga, Pilates und mehr.

DART & KICKER 14:00-16:00

10 Tore oder `ne 180 werfen. Beim geselligen Kickern und Steeldarts ist es möglich. Und manchmal gibt es auch Popcorn.





DER LANDESVEREIN
FÜR MENSCHEN MIT MENSCHEN

PROGRAMM

BEGEGNUNGSSTÄTTE
ATP - Norderstedt

Alter Kirchenweg 5
22844 Norderstedt
Tel. 040-5211300
norderstedt@atp-se.de



STAND
03/2024

LANDESVEREIN FÜR INNERE MISSION IN SCHLESWIG-HOLSTEIN
TEILHABE

ÜBER UNS

Die Begegnungsstätte ist ein offenes Angebot, an dem jede Person kostenlos teilnehmen kann. Bei einigen Angeboten ist eine kleine Eigenbeteiligung erforderlich.

Melden SIE sich gern bei uns oder kommen spontan vorbei.

MITTAGSTISCH

Immer montags, dienstags und mittwochs gibt es um 12:30 einen Mittagstisch für 2€.

Dieser wird frisch von unseren Klient*innen zubereitet.
Bitte spätestens einen Werktag im Voraus anmelden.

OFFENE CAFETERIA

Montags, dienstags und mittwochs ab 11:00 gibt es Café in gemütlicher und geselliger Atmosphäre. Ein Treffpunkt offen für alle.

SPAZIERGANG

Montags, dienstags und mittwochs gibt es ab 12:00 einen gemeinsamen Spaziergang.

OFFENE BERATUNG

Montags
13:15-14:15 Uhr
Mittwochs
15:30-16:30

SPRECHSTUNDE KLIENENTENBEIRAT

1. Dienstag im Monat
15:30-16:00

DONNERSTAGS

**ANGEBOT IM SOZIALRAUM
ab ca. 11:00**

Jede Woche gibt es ein Ausflugsziel. Vorrang haben hier die Klient*innen der Tagesstätte. Wenn aber noch Plätze frei sind, können auch Sie gern mitkommen. Wir fahren oft mit dem ÖPNV.

SONNTAGS

**OFFENE CAFETERIA
14:00-16:00
1. Sonntag im Monat**

Auch am Sonntag möchte man mal etwas unternehmen. Mit einem kleinen Eigenanteil können Sie hier auch eine Kleinigkeit essen.
Aushänge beachten!

FREITAGS

**HIRNAKROBATIK
09:30-11:00**

Das Gehirn ist wie ein Muskel, der trainiert werden will. Hier können Sie was für Ihre grauen Zellen tun.

**GESUND & GÜNSTIG KOCHEN
13:30-15:30**

Mit einem Eigenanteil von 3€ können Sie hier begleitet das Kochen für zu Hause lernen

FILMNACHMITTAG

Mit anschließender Diskussionsrunde werden hier Filme angeschaut.