



# Wochenplan

05 - 2024

AWO Schleswig-Holstein gGmbH  
 Begegnungsstätte und Beratungsstelle  
 Fahltkamp 30, 25421 Pinneberg

04101 - 208778  
 begegnungsstaette@awo-sh.de  
 Instagram: @begegnungsstaette\_pinneberg



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 – 12:00 Uhr Gesprächskreis Depressionen & Ängsten	10:00 Uhr – 14:00 Uhr Gartengruppe auf dem Schäferhof (Mai-November)	10:00 – 12:00 Uhr Gesprächsgruppe für Menschen mit psychischen Problemen		10:30-11:30 Uhr <b>Entspannung 1</b> Mit Anmeldung		
	10:00 – 12:00 Uhr Wechselnde Workshops s. Aushang	13:15 – 14:30 Uhr Reisegruppe Jeden 2. Mi. im Monat	10:00 – 12:00 Uhr Wechselnde Workshops s. Aushang	12:00-13:00 Uhr <b>Entspannung 2</b> Mit Anmeldung	11:00 – 13:00 Uhr Kochen Mit Anmeldung, Sa. einmal im Monat	
14:30-15:30 Uhr Smartphonehilfe Jeden. 1. Mo. im Monat Mit Termin		14:30 – 15:30 Uhr Walken im Wald	14:00 – 18:00 Uhr <b>Schwimmen</b> Jeden 1. Do. im Monat/alle 2 Monate			
		14:30-15:30 Uhr Smartphonehilfe Jeden. 1. Mi. im Monat Mit Termin	15:00 – 17:30 Uhr Frauengruppe Jeden 2. und 4. Do. im Monat	13:45–15:45 Uhr „Golden Agers“ Ab 65. Jahren		14:30 – 17:00 Uhr Offenes Café
14:30 – 17:00 Uhr Offenes Café	15:00 – 18:00 Uhr Malen	14:30 – 17:00 Uhr Offenes Café	15:00 – 17:30 Uhr Kreativgruppe			
		14:30 – 16:30 Uhr Strickclub				
17:00 – 18:00 Uhr Trommeln				16:00 – 17:30 Uhr Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene		
		19:00 – 21:00 Uhr Selbsthilfegruppe für Angehörige Jeden 2. Mit. Im Monat	19:00 – 20:30 Uhr Selbsthilfegruppe Narcotics Anonymous			

Beratung nach Vereinbarung &  
 in der telefonischen Sprechzeit,  
 mittwochs, 13:00 Uhr – 14:00 Uhr

Genesungsbegleitung und Beratung,  
 (2. Donnerstag im Monat von 13:00-14:30 Uhr)  
 Kontakt: 04101-553093