

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Beratung für seelische Gesundheit Allee 59 - 10:00 bis 12:00 Uhr Carolin Vagt/ Gerd Moseler	Rechtsberatung ATW - 11:00 bis 12:30 Uhr Bürgerstiftung HH	Fotowerkstatt (Tätigkeitserprobung) JÜST - 09:30 bis 12:00 Uhr Karoline Krause	Offenes Atelier 3 GAST - 09:00 bis 10:00 Uhr Shu-Fen Großer-Chen	Entspannungs-Gruppe ELO/ATW im Wechsel 10:00 bis 11:00 Uhr Lea Benecke Für Termine bitte Aushänge beachten	Pen & Paper NEU (Rollenspielgruppe) 19:00 bis 21:00 Uhr klientenorganisiert Anmeldung unter pergolenviertelrpg@gmail.com	Vier Pfoten - Zwei Füße (Hundegruppe) 14-tg./wechselnde Orte 12:00 bis ca. 16:00 Uhr Kerstin Grysok	
Offene Frühstücksgruppe ELO - 10:00 bis 11:00 Uhr Jana Saß/Sarah Seidel	Spiele-Nachmittag ATW - 12:00 bis 16:00 Uhr ohne Anmeldung	Training sozialer Kompetenzen GAST - 11:00 bis 13:00 Uhr Ingrid Meyn/Anna Scharf	Multikreativ Treff für multiple Menschen Karoline Krause Ort, Termin nach Absprache (14tg.)	Fußball-Gruppe Edon Ukaj/ Rosi Kathri Halle des WTB 10:30 bis ca. 12:00 Uhr		Zeit für Meditation NEU Standort Stadtparkperle 19:00 bis 20:00 Uhr klientenorganisiert ohne Anmeldung	
Zeit für Frühstück Stadtparkperle 11:00 bis 14:00 Uhr (Eigenanteil je nach Einkauf der Teilnehmenden) ohne Anmeldung	Töpferwerkstatt JÜST - 12:00 bis 13:30 Uhr Shu-Fen Großer-Chen	Zeit zum Kochen Standort Stadtparkperle (Eigenanteil je nach Einkauf der Teilnehmenden) 12:00 bis 15:00 Uhr ohne Anmeldung	Telefonische Sprechzeiten Aufnahmebüro 10:00 bis 12:00 Uhr	Gemeinsam backen GAST - 12:30 bis 15:30 Uhr (im Wechsel mit donnerstags) klientenorganisiert Vertretung: Kerstin Grysok			
Walking durch das Jahr ELO - 11:00 bis 12:00 Uhr Anke Wendt	Offenes Atelier 1 Allee 59 - 14:00 bis 15:30 Uhr Shu-Fen Großer-Chen	Rund um den Hund Horner Rennbahn 10:00 bis 12:00 Uhr Kerstin Grysok	Kochgruppe GAST 10:00 bis 13:00 Uhr Jürgen Ludwig	Siedler von Catan GAST - 13:00 bis 15:00 Uhr Kerstin Grysok/ Isabella Nees/Rosi Kathri			
Brunch JEN - 11:00 bis 13:00 Uhr Hannah Traub	Spiele-Gruppe ELO - 14:00 bis 16:00 Uhr	Technik-Sprechstunde 1.-3. Mittwoch ATW, 4. Mittwoch ELO 11:30 bis 13:00 Uhr klientenorganisiert	Zeit für Bewegung NEU Standort Stadtparkperle 11:00 bis 11:30 Uhr Anmeldung bis dienstags unter memberservice@trufitness.de	Barmbeker Klönschnack Standort Stadtparkperle 13:00 bis 16:00 Uhr ohne Anmeldung NEU			
Schlemmer-Runde GAST - 11:00 bis 12:00 Uhr klientenorganisiert	Büro für Aktion Allee 59 - Beratung Tätigwerdenwollen & Beschäftigung individuelle Terminabsprache Karoline Krause	Fahrrad-Selbsthilfe-Werkstatt JÜST - 12:00 bis 15:00 Uhr Jöran Richter	Gemeinsam backen GAST - 12:30 bis 15:30 Uhr (im Wechsel mit freitags) klientenorganisiert Vertretung: Kerstin Grysok	Foto-Treff NEU Allee 59 14:00 - 16:00 Uhr <u>letzter Freitag im Monat</u> ohne Anmeldung			
Hobbybude JÜST - 13:30 bis 15:30 Uhr klientenorganisiert	Rommérunde im Offenen Treff - in geraden KWs GAST - 14:00 bis 15:30 Uhr Kerstin Grysok	Psychoziale Beratung GAST - 13:00 bis 14:30 Uhr	Kreativzeit JEN - 13:00 bis 15:00 Uhr klientenorganisiert	Psychoziale Beratung ATW - 14:00 bis 16:00 Uhr			
Zentrale Telefonnummer: 040 682 826 55		Mehr Leistungen auf Seite 2					

Skat ELO - 14:00 bis 16:00 Uhr Markus Brenner	Telefonische Sprechzeiten Aufnahmebüro 14:00 bis 16:00 Uhr	Holzwerkstatt JÜST - 14:00 bis 16:00 Uhr André Barbier	Literaturgruppe ATW - 13:00 bis max. 15:00 Uhr klientenorganisiert	Kaffeetrinken ELO 14:00 bis 15:00 Uhr ohne Anmeldung	Termine für Genesungs-Begleitung und Peer-Beratung können individuell vereinbart werden. Bite Annika Frisch, Bianca Scheunemann oder Verena Putlitz ansprechen.
Gesprächsrunde Gedanken machen Gefühle Allee 59 - 14:00 bis 15:30 Uhr Gerd Moseler/ Annika Frisch	Psychosoziale Beratung JEN - 14:00-15:00 Uhr	Freizeitgruppe 1-2mal im Monat Janina Prüfer/Tabea Völger Edon Ukaj/Katharina Schraven	Nähgruppe Standort Stadtparkperle 14:00 bis 16:00 Uhr Beke Hess ohne Anmeldung	Kaffeerunde mit selbstgebackenem Kuchen ATW - 15:00 Uhr ohne Anmeldung	
Psychosoziale Beratung ELO - 14:00 bis 17:00 Uhr	Gesprächsrunde GAST - 14:00 bis 15:00 Uhr (letzter Dienstag im Monat)	Zeit für Tischtennis NEU Standort Stadtparkperle 14:00 bis 15:30 Uhr klientenorganisiert ohne Anmeldung	Abendbrot (mit Planung und Einkauf) ATW - 16:00 bis 18:30 Uhr jeden 1. Donnerstag	Tischtennis ATW - ab 15:30 Uhr ohne Anmeldung	
Achtsamkeit NEU Stadtparkperle Sylvia Rase (insel e.V.) 14:00 bis 15:30 Uhr ohne Anmeldung	Zeit für Kreativität Standort Stadtparkperle 14:00 bis 17:00 Uhr ohne Anmeldung	Kreativrunde ATW 15:00 bis 16:00 Uhr ohne Anmeldung	Zeit zum Spielen NEU Standort Stadtparkperle 16:00 bis 19:00 Uhr ohne Anmeldung	Pen & Paper (Rollenspielgruppe) 18:00 bis 20:00 Uhr klientenorganisiert Anmeldung unter pergolenviertelrpg@gmail.com	
Einfach mal spazieren gehen ATW 14:30 bis 15:30 Uhr verschiedene Termine Lisa-Marie-Strauß/Louisa Krause	Offenes Atelier 2 Allee 59 - 16:00 bis 17:30 Uhr Shu-Fen Großer-Chen	Zeit zum Singen NEU Standort Stadtparkperle 16:00 bis 17:00 Uhr klientenorganisiert ohne Anmeldung	Offene Beratung Standort Stadtparkperle 17:00 bis 19:00 Uhr ohne Anmeldung	Abkürzungs-Verzeichnis GAST: Zentrum in der Gustav-Adolf-Straße 8a 22043 Hamburg (Marienthal) ELO: Zentrum im Elfriede-Lohse-Wächter-Weg 39b 22081 Hamburg (Barmbek Süd/Eilbek) JEN: Zentrum in der Kreuzburgerstraße 41 22045 Hamburg (Jenfeld) JÜST: Werkstatt Räume in der Jüthornstraße 42 22043 Hamburg (Marienthal) Allee 59: Begegnungsstätte in der Sievekingsallee 59 20535 Hamburg (Hamm) ATW: Zentrum im Alten Teichweg 55a 22049 Hamburg (Dulsberg) Stadtparkperle: Standort im Feldahornweg 22 22303 Hamburg	
Gesprächsgruppe Standort Stadtparkperle Sylvia Rase (insel e.V.) 16:00 bis 18:00 Uhr ohne Anmeldung	Peer-Beratung Standort Stadtparkperle 16:00 bis 18:00 Uhr Sylvia Rase (insel e.V.) Anmeldung über sylvia.rase@insel-ev.de				
Zeit für Tischtennis NEU Standort Stadtparkperle 18:00 bis 19:00 Uhr ohne Anmeldung (klientenorganisiert)	Zeit für Abendbrot NEU Standort Stadtparkperle 17:00 bis 20:00 Uhr ohne Anmeldung (klientenorganisiert)				
Zentrale Telefonnummer: 040 682 826 55		Mehr Leistungen auf Seite 1			