

GEISTES BLITZ

Das Begegnungscafé
der Graf Recke Stiftung

Sozialpsychiatrisches Zentrum

Grafenberger Allee 345
40235 Düsseldorf
Tel. 0211/6708-840

Öffnungszeiten:

Mo.-Do. 10:00-18:00

Fr. 10:00-16:00, Sa. 15:00-18:00

Haltestelle Schlüterstr./Arbeitsagentur

Unser Wochenprogramm für April 2019

Montag	14:00 – 16:00 Uhr	Beratung**
	14:15 – 16:30 Uhr	Stairways* (2wöchig: 08.04., 22.04.)
	15:30 – 16:45 Uhr	Kreativgruppe
Dienstag	9:00 – 10:00 Uhr	„Kleine Pause vom Alltag“ – Achtsamkeits-, Atem- und Entspannungsübungen
	13:30 – 17:00 Uhr	„Wandergruppe für jedermann“ in Düsseldorf und Umgebung: Treffpunkt in unserem Begegnungscafé GEISTESBLITZ ACHTUNG: Wetterbedingte Änderungen möglich! Auskunft erteilen wir Ihnen gerne auch telefonisch
Mittwoch	14:30 – 15:45 Uhr	Nähgruppe (mit vorheriger Anmeldung)
	14:30 – 16:00 Uhr	Borderline-Gruppe* (2wöchig: 10.04., 24.04.)
	15:00 – 17:00 Uhr	Beratung**
Donnerstag	14:00 – 15:15 Uhr	Diagnoseübergreifende Stabilisierungsgruppe*
	15:15 – 17:15 Uhr	Kreativgruppe
Freitag	9:30 – 11:30 Uhr	Literaturgruppe
	10:00 – 12:00 Uhr	Beratung**

Unsere weiteren Angebote und Ankündigungen

01. - 05.04.2019 Ab sofort nehmen wir Sie jeden Monat auf eine kulinarische Kulturreise mit! Diesen Monat werden Ihnen leckere Gerichte der *asiatischen* Küche serviert. Die einzelnen Menus können Sie der aktuellen Speisekarte entnehmen...
- 09.04.2019 Waffel-Nachmittag: Heute servieren wir Ihnen leckere hausgemachte Waffeln in unserem Begegnungscafé - schauen Sie vorbei!
- 18.04.2019 Zu der Vortragsreihe „Gesunde Ernährung“ bieten wir an: „Grünes Gemüse! Gesund und gut gegen Stress!“

Besuchen Sie unser Café GEISTESBLITZ auch zum Frühstück, zur Unterhaltung, bei Fragen oder zum warmen Mittagessen.

*Therapeutisches diagnosebezogenes Programm, nur nach Voranmeldung. **Zusätzliche Beratungstermine nach Absprache möglich.



Graf Recke Stiftung
das Leben meistern