

# GEISTESBLITZ



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 März 2019

<b>Montag</b>	14:00 – 16:00 Uhr	Beratung**
	14:15 – 16:30 Uhr	Stairways* (2wöchig: 11.03., 25.03.)
	15:30 – 16:45 Uhr	Kreativgruppe
<b>Dienstag</b>	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 <b>GEISTESBLITZ</b> <b>ACHTUNG: Wetterbedingte Änderungen möglich! Auskunft erteilen wir Ihnen gerne auch telefonisch</b> fällt am 05.03.2019 aus, Sie können stattdessen bei unserem Kinotag vorbei schauen!
<b>Mittwoch</b>	14:30 – 15:45 Uhr	Nähgruppe (mit vorheriger Anmeldung)
	14:30 – 16:00 Uhr	Borderline-Gruppe* (2wöchig: 13.03., 27.03.)
	15:00 – 17:00 Uhr	Beratung**
<b>Donnerstag</b>	14:00 – 15:15 Uhr	Diagnoseübergreifende Stabilisierungsgruppe*
	15:15 – 17:15 Uhr	Kreativgruppe
<b>Freitag</b>	9:30 – 11:30 Uhr	Literaturgruppe
	10:00 – 12:00 Uhr	Beratung**

## Unsere weiteren Angebote und Ankündigungen

04. - 08.03.2019 Ab sofort nehmen wir Sie jeden Monat auf eine kulinarische Kulturreise mit! Diesen Monat werden Ihnen leckere Gerichte der **französischen** Küche serviert. Die einzelnen Menus können Sie der aktuellen Speisekarte entnehmen...
- 05.03.2019 Kinotag! Wir zeigen einen Film auf großer Leinwand, lassen Sie sich überraschen! Dazu gibt es wie immer leckeren Kuchen und Kaffeespezialitäten ab 15.00 Uhr
- 11.03.2018 Waffel-Nachmittag: Heute servieren wir Ihnen leckere hausgemachte Waffeln in unserem Begegnungscafé - schauen Sie vorbei!
- 21.03.2019 Zu der Vortragsreihe „Gesunde Ernährung“ bieten wir an: „Die Milch macht's“
- 26.03.2019 Heute findet unser erster Trödel statt! Schauen Sie vorbei: Von 14:00 – 16:30 Uhr in den Räumlichkeiten unseres Begegnungscafés GEISTESBLITZ (bei Interesse an einem eigenen Stand sprechen Sie unsere Mitarbeiter an...)

**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