



Es wird außerdem saisonale Angebote, Projekte und Veranstaltungen geben, zu denen Sie gesondert in der Begegnungsstätte informiert werden.

Weitere Aktionen wie begleitete und unbegleitete Klienten-Aktivitäten werden ideenreich durch unsere Mitarbeiter unterstützt.



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

## Wir sind für Sie da

Deutsches Rotes Kreuz Hamburg  
**Ambulante Soziale Dienste GmbH**  
Psychiatrische Hilfen

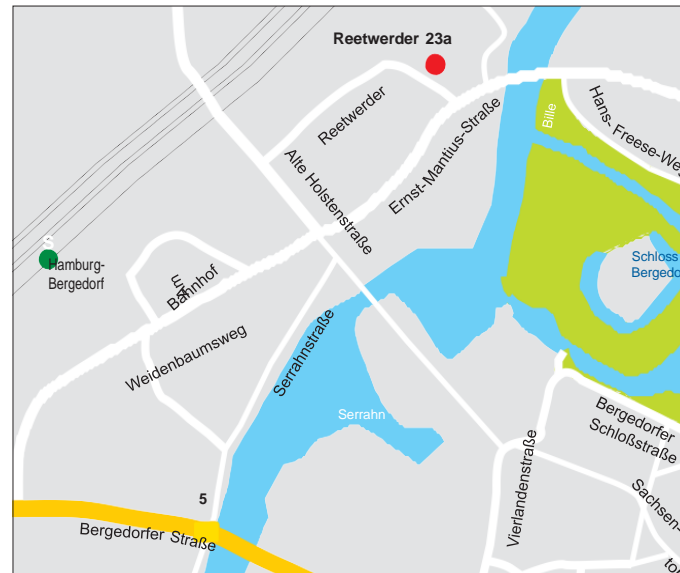
### Bergedorf

Reetwerder 23a  
21029 Hamburg  
Tel.: 040-399 957-15  
Fax: 040-399 957-97  
E-Mail: [aph-bergedorf@drk-sst-lohbruegge.de](mailto:aph-bergedorf@drk-sst-lohbruegge.de)

### Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag von 8:00–17:00 Uhr,  
Freitag von 8:00–16:00 Uhr.

[www.drk-hamburg-psychiatrischehilfen.de](http://www.drk-hamburg-psychiatrischehilfen.de)

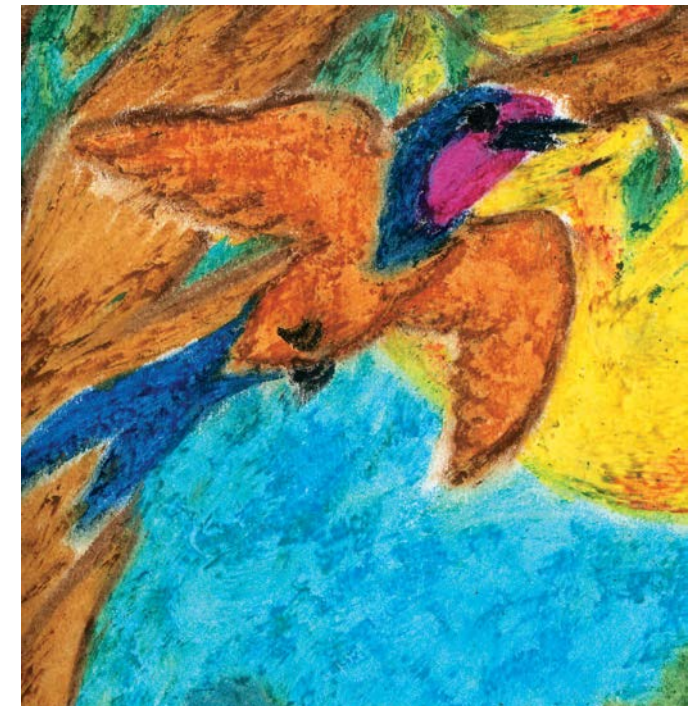


DRK Hamburg  
Ambulante Soziale  
Dienste GmbH



## Psychiatrische Hilfen

## Offener Treff und Gruppenangebote in Bergedorf



# Offener Treff

## Für alle Interessierten

**Dienstags von 13:00–16:00 Uhr.**

**Lernen Sie uns und andere Menschen kennen.**

**Dienstags von 13:30–15:30 Uhr.**

**Kaffeegruppe**

Wir klönen in gemütlicher Runde mit Kaffee und Kuchen.

**Mittwochs von 12:30–15:00 Uhr.**

**Gesellschaftsspiele, Gedächtnistraining, Lesen und Lachen.**

Probieren Sie sich in geselliger Runde und angenehmer Atmosphäre aus.

**Mittwochs von 14:00–16:00 Uhr.**

**Offene Sozialberatung.**

Für Antwort auf all Ihre Fragen steht Ihnen unser Beratungsteam gerne zur Seite.

# Gruppenangebote

## Für Klienten des DRK

**Montags von 16:00–18:00 Uhr und  
Freitags von 10:00–12:00 Uhr.**

**Garten und Handwerk.**

Pflanzen, jäten und ernten oder hämmern und schrauben Sie in unserem Kleingarten.

**Montags nach Absprache.**

**Walken macht fit.**

Den nötigen Ansporn und die Verbesserung Ihrer körperlichen Fitness finden Sie in unserer Gruppe.

**Mittwochs von 10:00–12:00 Uhr.**

**Frühstücksbuffet.**

Wir frühstücken zusammen in geselliger Runde.



**1. Mittwoch im Monat 15:30–17:30 Uhr.**

**Schwimmen im Billebad.**

Wassergymnastik, Schwimmen oder Plantschen wie ein Fisch im Wasser.

Kostenbeitrag 1,50 Euro.

**Donnerstags von 10:30–13:30 Uhr.**

**Gemeinsam Kochen und Genießen.**

Verschiedene Rezepte ausprobieren und nach dem Kochen zusammen schlemmen. Rühren Sie mit.

Kostenbeitrag 1,50 Euro.

**Donnerstags von 13:00–15:00 Uhr.**

**Kreativ Gestalten.**

Sie haben die Möglichkeit unterschiedliche Techniken und Materialien auszuprobieren und dabei Ihre Kreativität „neu“ zu entdecken.

**Freitags von 13:00–15:00 Uhr.**

**Kickern wie die Profis.**

Auch Anfänger sind herzlich willkommen.

**Psychoedukative Gruppen.**

Unter anderem: Soziale Fertigkeiten für den Alltag erlernen und üben.

Nähere Informationen zu unseren unterschiedlichen psychoedukativen Gruppen und den Terminen erhalten Sie in unserem Büro.