



Ambulante Psychiatrische Hilfen  
Eilbek

### Gruppenangebote Offener Treff

Bei Interesse/Fragen wenden  
Sie sich bitte  
an unser Büro.

Grete-Zabe-Weg 2  
22081 Hamburg

Telefon: 040/39 99 57 23

### Öffnungszeiten:

**Montag bis Freitag  
von 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr**

#### Montags

##### Wechselnde Projektgruppen

Zeit: variabel, nachmittags  
Bitte Aushang in der Begegnungsstätte beachten

#### Dienstags

##### Kochgruppe von 11.30 bis 14.30 Uhr

Wir kochen und essen gemeinsam leckere Gerichte  
mit frischen Lebensmitteln.

im Anschluss daran:

##### Offener Treff bis 15.30 Uhr

##### Musikgruppe 14:30 bis 16:30 Uhr

Es wird in entspannter Atmosphäre musiziert.  
Zuhörer sind herzlich willkommen.

##### Schwimmgruppe 14:30 bis 17:30 Uhr (1x im Monat)

Gemeinsam gehen wir je nach Jahreszeit und wie  
das Wetter es zulässt in die Schwimmhalle oder ins  
Freibad.

#### Mittwochs von 10 bis 12 Uhr

##### Offene Frühstücksgruppe

Wir frühstücken zusammen in geselliger  
Runde.



im Anschluss daran:

##### Offener Treff bis 15.00 Uhr

#### Mittwochs von 13 Uhr bis 15 Uhr

##### Offenes Beratungsangebot

Für alle Interessierten, die sich über unser  
Angebot informieren wollen. Auch wenn sie  
eine allgemeine Sozialberatung wünschen,  
sind sie herzlich willkommen.

#### Mittwochs von 11 bis 13 Uhr

##### Recovery-Gruppe

Gesprächsgruppe mit dem  
Genesungsbegleiter

#### Donnerstags von 13 bis 15 Uhr

##### Kreativgruppe

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

Anmeldung erforderlich



im Anschluss daran:

##### Offener Treff bis 16.00 Uhr

**Weitere Angebote hängen regelmäßig auf  
unserem Wochenplan in der  
Begegnungsstätte aus.**

(Wochenendaktivitäten, Konzert,-oder  
Theaterbesuche, Musikangebote etc.)