



Nur für Klient*innen¹

Offene Gruppe

Angehörigen-Beratung

Kooperation mit einer Selbsthilfegruppe

Nur für Compass-Klient*innen

01.03.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10.00	Kreativ-Gruppe 10.00-12.00 Uhr Raum 11 Bitte anmelden*			Angehörigen-Beratung <i>(Beratung und Information für Angehörige)</i> Bitte Termine (nicht nur donnerstags) anfragen*	
11.00					Frühstücksgruppe 11.00-12.30 Uhr Gruppenraum Kosten: 1,50 € Bitte anmelden*
12.00	Stabilisierungsgruppen 12.00 - ca. 13.30 Uhr Gruppenraum Wechselnde Angebote - siehe Einladungen - <i>(Achtsamkeit, Skill-Training, Training emotionaler Kompetenzen, Soziales Kompetenztraining)</i>		Bewegungsgruppe 12.00-13 Uhr - siehe Bewegungsplan - Ab Mitte Mai 2024		
13.00		Gründeltreff 13.00-15.00 Uhr Gruppenraum <i>(Sozialberatung, Antragsstellung, Postbearbeitung, Information, Austausch, Spiele)</i>	Kochgruppe 13.00-15.30 Uhr ab März 2024 Helene-Lange-Straße 1 Kosten: 1,50 € Bitte anmelden*	Freizeitgruppe - siehe Freizeitplan - wechselnde Uhrzeiten & Orte	Schwimmgruppe für Frauen 12.45-14.15 Uhr - siehe Bewegungsplan - Bitte anmelden*
14.00		Nur Essen (ohne kochen) Ca. 14.30 Uhr Kosten: 3,00 € Bitte am Vortag anmelden*			Wochenausklang & Handyhilfe 14.00-16.00 Uhr Gruppenraum <i>(Kurzberatung, Information, Austausch, Erstberatung, Spiele, Kaffezeit)</i>
15.00	Newsletter-Gruppe 15.00-17.00 Uhr Gruppenraum				
16.00			Theatergruppe 16.00-18.00 Uhr Helene-Lange-Straße 1	Abendangebot <i>(im Rahmen der Freizeitgruppe)</i> 1-Mal im Monat - siehe Freizeitplan - Bitte anmelden*	
19.00			Selbsthilfegruppe „Erwachsene Kinder von Müttern mit Borderline“ Kontakt über Compass-Büro*		

* Wir freuen uns über Ihre Anmeldung unter: 040 412 62 181 oder info@compass-hamburg.de | Grindelberg 15A | 20144 Hamburg

¹ Diese Gruppen sind für Klient*innen des Compass und der Landungsbrücke.