

FORÅR 2020: AKTIVITETER I ASKOVFONDENS SOCIALPSYKIATRI - ASPA

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Støtte til unge (efter individuel aftale) 9-15.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE	Støtte til unge (efter individuel aftale) 9-15.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE	Støtte til unge (efter individuel aftale) 9-15.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE	Støtte til unge (efter individuel aftale) 9-15.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE	Støtte til unge (efter individuel aftale) 9-15.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE
Madgruppe 10.30-12.30 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	Madgruppe 10.30-12.30 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	Madgruppe 10.30-12.30 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	Madgruppe 10.30-12.30 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	Madgruppe 10.30-12.30 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding
NADA-café 10.30-11.45 ASPA GRIFFENFELDSGADE Pris: 10 kr.	IT-kursus 10-11.30 eller 11.30-13 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	IT-kursus 10-11.30 eller 11.30-13 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	Gruppe om stærke følelser 10-12.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE	Gå-gruppe 11-12.30 ASPA KAPELVEJ
	Kulturgruppe 10.45-12.30 ASPA KAPELVEJ	Svømning 11-12 ASPA KAPELVEJ Pris: 25 kr. Kræver tilmelding	Skak-gruppe 13-15 ASPA KAPELVEJ	NADA-café 12.30-13.15 ASPA KAPELVEJ Pris: 10 kr.
	Assertionstræning 11-14.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE Kræver tilmelding	TV-serie-gruppe 11-12.30 ASPA KAPELVEJ	Lektiecafé 12-20 ASPA Griffenfeldsgade	Motion/yoga 12.30-14.30 SUNDHEDSHUSET, MIMERSGADE 41
	Vejen til styrket selvværd 12.30-15 Kræver tilmelding	Samtalegruppe med kreativitet 13-15 ASPA GRIFFENFELDSGADE	Unge-café (18+) 15-20 ASPA GRIFFENFELDSGADE	

	Kæmperne Træffetid 13.30-15.30 ASPA KAPELVEJ	Kæmperne Træffetid 13.30-15.30 ASPA KAPELVEJ Intro for nye sidste onsdag i måneden kl. 12	Åbent kreaværksted 16-18 ASPA KAPELVEJ	
	Mindfulness v. IFK 15.15-16.45 ASPA KAPELVEJ, 1. sal		IT-salon 16-19 ASPA KAPELVEJ	
	Gå-gruppe 17-18 ASPA KAPELVEJ			

ASPA GRIFFENFELDSGADE 35, 2200 N, åben mandag-fredag kl. 9-16
Tlf. 35 30 17 26

ASPA KAPELVEJ 55, 2200 N, struktureret samværstilbud (kræver tilmelding), åbent mandag- fredag kl. 9.30-13.30
Tlf. 35 30 17 32 (telefontid mellem kl. 9-10.30 og 13-15)

ASPA KAPELVEJ 55, 2200 N, åbent anonymt samværstilbud, åbent mandag-torsdag kl. 13.30-21.00, fredag kl. 13.30-17, lørdag og søndag kl. 12-17
Tlf. 35 30 17 28

Web: www.aspas.dk

Facebook: AskovFondens Socialpsykiatri – ASPA