

## AKTIVITETER & FORLØB I ASKOVFONDENS SOCIALPSYKIATRI – ASPA (GÆLDENDE FRA 20. OKT. 2020)

Se mere information om vores aktiviteter og forløb på [www.aspas.dk](http://www.aspas.dk) og følg os på Facebook: AskovFondens Socialpsykiatri – ASPA

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<b>NADA-café</b> 10.30-11.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE Pris: 10 kr. Kræver tilmelding	<b>IT-kursus</b> 10.00-11.30 el. 11.30-13.00 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	<b>IT-kursus</b> 10.00-11.30 el. 11.30-13.00 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	<b>Gruppe om stærke følelser</b> 10.00-12.30 ASPA GRIFFENFELDSGADE Afholdes løbende	<b>NADA-café</b> 12.30-13.30 ASPA KAPELVEJ Pris: 10 kr. Kræver tilmelding
<b>Ungefrokost</b> 12.15-13.00 ASPA GRIFFENFELDSGADE	<b>Kognitions- og assertionstræning</b> (Gruppeforløb) 10.30-14.00 ASPA GRIFFENFELDSGADE Afholdes løbende	<b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b> <b>Svømning</b> 11.00-12.00 ASPA KAPELVEJ Pris: 25 kr. Kræver tilmelding	<b>Samtaler v. diætist</b> 12.00-16.00 ASPA KAPELVEJ	<b>Motion</b> 12.30-13.30 ASSISTENS KIRKEGÅRD <b>OBS: Sidste gang d. 30/10</b>
	<b>Kulturgruppe</b> 10.45-12.30 ASPA KAPELVEJ Kræver tilmelding	<b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b> <b>Yoga</b> 11.00-12.00 ASPA GRIFFENFELDSGADE	<b>Skak</b> 13.00-15.00 ASPA KAPELVEJ	<b>Ung i ASPA Fredag</b> (Fællesskab & events for unge 18+) 16.00-21.30 GRIFFENFELDSGADE 35
	<b>Vejen til et styrket selvværd</b> (Gruppeforløb for unge 18+) 12.30-15.00 ASPA GRIFFENFELDSGADE Afholdes løbende		<b>Ungecafé</b> (Fællesskab for unge 18+) 15.00-20.00 ASPA GRIFFENFELDSGADE	
	<b>Filosofi- og litteraturgruppe</b> 15.30-17.00 ASPA KAPELVEJ		<b>IT-salon</b> 16.00-19.00 ASPA KAPELVEJ	

ASPA GRIFFENFELDSGADE 35, 2200 København N, tlf. 35 30 17 26 (mandag-fredag 9-16)

ASPA KAPELVEJ 55, 2200 København N, tlf. 35 30 17 28 (mandag-torsdag 9.30-21, fredag-søndag 11-17)

## DAGLIGE TILBUD I ASKOVFONDENS SOCIALPSYKIATRI – ASPA (GÆLDENDE FRA 20. OKT. 2020)

Se mere information om vores tilbud på [www.aspas.dk](http://www.aspas.dk) og følg os på Facebook: AskovFondens Socialpsykiatri – ASPA

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<b>Støtte til unge</b> (efter aftale) 9.00-15.30 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Støtte til unge</b> (efter aftale) 9.00-15.30 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Støtte til unge</b> (efter aftale) 9.00-15.30 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Støtte til unge</b> (efter aftale) 9.00-15.30 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Støtte til unge</b> (efter aftale) 9.00-15.30 ASP A GRIFFENFELDSGADE
<b>Struktureret samværstilbud</b> 10.00-13.30 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding	<b>Struktureret samværstilbud</b> 10.00-13.30 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding	<b>Struktureret samværstilbud</b> 10.00-13.30 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding	<b>Struktureret samværstilbud</b> 10.00-13.30 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding	
<b>Åbent anonymt samværstilbud</b> 14.00-21.00 ASP A KAPELVEJ	<b>Åbent anonymt samværstilbud</b> 14.00-21.00 ASP A KAPELVEJ	<b>Åbent anonymt samværstilbud</b> 14.00-21.00 ASP A KAPELVEJ	<b>Åbent anonymt samværstilbud</b> 14.00-21.00 ASP A KAPELVEJ	<b>Åbent anonymt samværstilbud</b> 12.00-17.00 ASP A KAPELVEJ
<b>Individuelle samtaler</b> (efter aftale) ASP A GRIFFENFELDSGADE ASP A KAPELVEJ	<b>Individuelle samtaler</b> (efter aftale) ASP A GRIFFENFELDSGADE ASP A KAPELVEJ	<b>Individuelle samtaler</b> (efter aftale) ASP A GRIFFENFELDSGADE ASP A KAPELVEJ	<b>Individuelle samtaler</b> (efter aftale) ASP A GRIFFENFELDSGADE ASP A KAPELVEJ	<b>Individuelle samtaler</b> (efter aftale) ASP A GRIFFENFELDSGADE ASP A KAPELVEJ
<b>Second A</b> (Genbrugsbutik) 10.00-15.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Second A</b> (Genbrugsbutik) 10.00-15.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Second A</b> (Genbrugsbutik) 10.00-15.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Second A</b> (Genbrugsbutik) 10.00-20.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Second A</b> (Genbrugsbutik) 10.00-15.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE
<b>AskovFondens Café</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>AskovFondens Café</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>AskovFondens Café</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>AskovFondens Café</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>AskovFondens Café</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE

ASP A GRIFFENFELDSGADE 35, 2200 København N, tlf. 35 30 17 26 (mandag-fredag 9-16)

ASP A KAPELVEJ 55, 2200 København N, tlf. 35 30 17 28 (mandag-torsdag 9.30-21, fredag-søndag 11-17)