

## AKTIVITETER & FORLØB I ASKOVFONDENS SOCIALPSYKIATRI – ASPA (GÆLDENDE uge 2. 11-17. jan. 2021)

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>Ungefrokost</b><br>12.15-13.00<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE   | <b>Kognitions- og<br/>assertionstræning</b><br>(Gruppeforløb)<br>10.30-14.00<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE<br>Afholdes løbende – kræver<br>tilmelding       | <b>Gruppe m.<br/>hjemmevejlederstøtte</b><br>Kl. 10-12<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE<br>Optagelse via<br>hjemmevejlederne i Akut-<br>tilbuddet Griffenfeldsgade 46 | <b>Gruppe om stærke følelser</b><br>10.00-12.30<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE<br>Afholdes løbende - kræver<br>tilmelding | <b>Gå-gruppe</b><br>11.00-12.00<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE<br>Maks 4 deltagere – kontakt<br>os gerne hvis du vil med |
| <b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b><br><b>NADA-café</b><br>13.00-14.00<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE<br>Pris: 10 kr. | <b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b><br><b>Kulturgruppe</b><br>10.45-12.30<br>ASPA KAPELVEJ<br>Kræver tilmelding   | <b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b><br><b>Svømning</b><br>11.00-12.00<br>ASPA KAPELVEJ<br>Pris: 25 kr.<br>Kræver tilmelding                                      | <b>Samtaler v. diætist</b><br>12.00-16.00<br>ASPA KAPELVEJ<br>Efter individuel aftale                               | <b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b><br><b>NADA-café</b><br>12.30-13.30<br>ASPA KAPELVEJ<br>Pris: 10 kr.               |
| <b>IT-kursus</b><br>10-14<br>ASPA KAPELVEJ<br>Kræver tilmelding  | <b>Vejen til et styrket selvværd</b><br>(Gruppeforløb for unge 18+)<br>12.30-15.00<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE<br>Afholdes løbende - kræver<br>tilmelding | <b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b><br><b>Yoga</b><br>11.00-12.00<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE   | <b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b><br><b>Skak</b><br>13.00-15.00<br>ASPA KAPELVEJ                                     | <b>Ungecafé</b><br>(Fællesskab & events for<br>unge 18+)<br>16.00-21.30<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE                   |
|  | <b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b><br><b>Filosofi- og litteraturgruppe</b><br>15.30-17.00<br>ASPA KAPELVEJ   |   | <b>Ungecafé</b><br>(Fællesskab for unge 18+)<br>15.00-20.00<br>ASPA GRIFFENFELDSGADE                                |  |
|  |  |   | <b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b><br><b>IT-saløn</b><br>16.00-19.00<br>ASPA KAPELVEJ                                 |  |

## DAGLIGE TILBUD I ASKOVFONDENS SOCIALPSYKIATRI – ASPA (GÆLDENDE uge 2 11.-17. jan. 2021)

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   | TORS DAG   | FREDAG   |
|---|--|--|--|--|
| <b>Støtte til unge</b><br>(efter aftale)<br>9.00-15.30<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE  | <b>Støtte til unge</b><br>(efter aftale)<br>9.00-15.30<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE   | <b>Støtte til unge</b><br>(efter aftale)<br>9.00-15.30<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE   | <b>Støtte til unge</b><br>(efter aftale)<br>9.00-15.30<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE   | <b>Støtte til unge</b><br>(efter aftale)<br>9.00-15.30<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE   |
| <b>Samvær efter aftale</b><br>Man-tors 10-19.30<br>Fre-lør-søn 11.30 -17<br>ASP A KAPELVEJ<br>Kræver tilmelding - Kontakt<br>os på tlf. 35 30 17 28 | <b>Samvær efter aftale</b><br>Man-tors 10-19.30<br>Fre-lør-søn 11.30 -17<br>ASP A KAPELVEJ<br>Kræver tilmelding - Kontakt<br>os på tlf. <b>35 30 17 28</b> | <b>Samvær efter aftale</b><br>Man-tors 10-19.30<br>Fre-lør-søn 11.30 -17<br>ASP A KAPELVEJ<br>Kræver tilmelding - Kontakt<br>os på tlf. <b>35 30 17 28</b> | <b>Samvær efter aftale</b><br>Man-tors 10-19.30<br>Fre-lør-søn 11.30 -17<br>ASP A KAPELVEJ<br>Kræver tilmelding - Kontakt<br>os på tlf. <b>35 30 17 28</b> | <b>Samvær efter aftale</b><br>Man-tors 10-19.30<br>Fre-lør-søn 11.30 -17<br>ASP A KAPELVEJ<br>Kræver tilmelding - Kontakt<br>os på tlf. <b>35 30 17 28</b> |
| <b>Individuelle samtaler</b><br>(efter aftale)<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE<br>ASP A KAPELVEJ  | <b>Individuelle samtaler</b><br>(efter aftale)<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE<br>ASP A KAPELVEJ   | <b>Individuelle samtaler</b><br>(efter aftale)<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE<br>ASP A KAPELVEJ   | <b>Individuelle samtaler</b><br>(efter aftale)<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE<br>ASP A KAPELVEJ   | <b>Individuelle samtaler</b><br>(efter aftale)<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE<br>ASP A KAPELVEJ   |
| <b>Lukket indtil videre</b><br><b>Second A</b><br>(Genbrugsbutik)<br><del>10.00-15.00</del><br>ASP A GRIFFENFELDSGADE                               | <b>Lukket indtil videre</b><br><b>Second A</b><br>(Genbrugsbutik)<br><del>10.00-15.00</del><br>ASP A GRIFFENFELDSGADE                                      | <b>Lukket indtil videre</b><br><b>Second A</b><br>(Genbrugsbutik)<br><del>10.00-15.00</del><br>ASP A GRIFFENFELDSGADE                                      | <b>Lukket indtil videre</b><br><b>Second A</b><br>(Genbrugsbutik)<br><del>10.00-15.00</del><br>ASP A GRIFFENFELDSGADE                                      | <b>Lukket indtil videre</b><br><b>Second A</b><br>(Genbrugsbutik)<br><del>10.00-15.00</del><br>ASP A GRIFFENFELDSGADE                                      |
| <b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b><br>10.00-14.00<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE   | <b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b><br>10.00-14.00<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE  | <b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b><br>10.00-14.00<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE  | <b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b><br>10.00-14.00<br>ASP A GRIFFENFELDSGADE  | <b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b><br>10.00-14.00<br>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 10- 19, fredag-søndag 11.30-17)