

## AKTIVITETER & FORLØB I ASKOVFONDENS SOCIALPSYKIATRI – ASPA (gældende april 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
<p><b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b>  <b>NADA-café</b>                      13.00-14.00                      ASPA-GRIFFENFELDSGADE                      Pris: 10 kr.</p>	<p><b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b>  <b>Kulturgruppe</b>                      10.45-12.30                      ASPA-KAPELVEJ                      Kræver tilmelding</p>	<p>Gruppe m.                      hjemmevejlederstøtte                      Kl. 10-12                      ASPA GRIFFENFELDSGADE                      Optagelse via                      hjemmevejlederne i Akut-                      tilbuddet Griffenfeldsgade 46</p>	<p>Gruppeforløb med                      assertionstræning                      10.30-14.00                      ASPA GRIFFENFELDSGADE                      Afholdes løbende – kræver                      tilmelding</p>	<p>Gå-gruppe                      13.00-14.00                      ASPA GRIFFENFELDSGADE                      Tilmelding inden torsdag kl.                      15 – ring 35301726</p>
<p>IT-kursus                      10-14                      ASPA KAPELVEJ                      Kræver tilmelding</p>	<p>Vejen til et styrket selvværd                      (Gruppeforløb for unge 18+)                      12.30-15.00                      ASPA GRIFFENFELDSGADE                      Afholdes løbende - kræver                      tilmelding</p>	<p><b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b>  <b>Svømning</b>                      11.00-12.00                      ASPA-KAPELVEJ                      Pris: 25 kr.                      Kræver tilmelding</p>	<p>Samtaler v. diætist                      12.00-16.00                      ASPA KAPELVEJ                      Efter individuel aftale</p>	<p><b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b>  <b>NADA-café</b>                      12.30-13.30                      ASPA-KAPELVEJ                      Pris: 10 kr.</p>
	<p>ASPAs Workout                      (Udendørs motion)                      15.15-16.00                      ASPA GRIFFENFELDSGADE</p>	<p><b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b>  <b>Yoga</b>                      11.00-12.00                      ASPA-GRIFFENFELDSGADE</p>	<p><b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b>  <b>Skak</b>                      13.00-15.00                      ASPA-KAPELVEJ</p>	<p>Ungecafé                      (Fællesskab &amp; events for                      unge 18+)                      16.00-21.30                      ASPA GRIFFENFELDSGADE</p>
	<p><b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b>  <b>Filosofi- og litteraturgruppe</b>                      15.30-17.00                      ASPA-KAPELVEJ</p>		<p>Ungecafé                      (Fællesskab for unge 18+)                      15.00-20.00                      ASPA GRIFFENFELDSGADE</p>	
			<p><b>OBS: AFLYST PGA. COVID-19</b>  <b>IT-salon</b>                      16.00-19.00                      ASPA KAPELVEJ</p>	

## DAGLIGE TILBUD I ASKOVFONDENS SOCIALPSYKIATRI – ASPA (gældende april 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> (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>Samvær efter aftale</b> Man-tors 10-19.30 Fre-lør-søn 11.30 -17 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding - Kontakt os på tlf. 35 30 17 28	<b>Samvær efter aftale</b> Man-tors 10-19.30 Fre-lør-søn 11.30 -17 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding - Kontakt os på tlf. <b>35 30 17 28</b>	<b>Samvær efter aftale</b> Man-tors 10-19.30 Fre-lør-søn 11.30 -17 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding - Kontakt os på tlf. <b>35 30 17 28</b>	<b>Samvær efter aftale</b> Man-tors 10-19.30 Fre-lør-søn 11.30 -17 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding - Kontakt os på tlf. <b>35 30 17 28</b>	<b>Samvær efter aftale</b> Man-tors 10-19.30 Fre-lør-søn 11.30 -17 ASP A KAPELVEJ Kræver tilmelding - Kontakt os på tlf. <b>35 30 17 28</b>
<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) 10.00-15.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>Second A</b> (Genbrugsbutik) 10.00-15.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE
<b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</b> 10.00-14.00 ASP A GRIFFENFELDSGADE	<b>AskovFondens Café (kun åbent for brugere af ASPA)</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 10- 19, fredag-søndag 11.30-17)