

## WOCHENPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Einkauf</b> 9.00 – 11.30 Uhr	<b>Kochen</b> 9.30 – 12.00 Uhr	<b>Kochen</b> 9.30 – 12.00 Uhr	<b>Frühstücksrunde</b> 9.30 – 13.00 Uhr	<b>Kochen</b> 9.30 – 12.00 Uhr
<b>Schonsportgruppe</b> 11.00 – 11.30 Uhr	<b>Entspannungs- gruppe</b> 10.15 – 11.45 Uhr	<b>Schwimmen</b> 09.30 – 12.00 Uhr		<b>Musik</b> 10.30 – 11.30 Uhr
<b>Gesellschaftsspiele</b> 10.00 – 11.30 Uhr	<b>Handy, Tablet und Co</b> 10.30 – 11.30 Uhr	<b>Gesprächsrunde Alltagsbewältigung bei Depressionen und Ängsten</b> 10.30 – 11.45 Uhr		<b>Gesellschaftsspiele</b> 10.00 – 11.30 Uhr
	<b>Gesellschaftsspiele</b> 10.00 – 11.30 Uhr	<b>Gesellschaftsspiele</b> 10.00 – 11.30 Uhr		
<b>Mittagessen</b> 12.00 – 13.00 Uhr	<b>Mittagessen</b> 12.00 – 13.00 Uhr	<b>Mittagessen</b> 12.00 – 13.00 Uhr		<b>Mittagessen</b> 12.00 – 13.00 Uhr
<b>Konzentrations- training</b> 13.30 – 14.30 Uhr	<b>Kreativgruppe</b> 13.30 – 14.30 Uhr	<b>Außenaktivität</b> (siehe Innenteil) 13.30 – 16.30 Uhr	<b>Schonsportgruppe</b> 13.00 – 13.30 Uhr	
<b>Nordic Walking</b> 13.30 – 15.00 Uhr	<b>Gesellschaftsspiele</b> 13.00 – 16.00 Uhr		<b>Diskussionsrunde</b> 13.30 – 14.30 Uhr	
			<b>Kaffee &amp; Kuchen</b> 14.30 – 16.00 Uhr	

Zur Teilnahme am Mittagessen bitten wir Sie, sich zwei Tage im Voraus anzumelden.  
Ein Essen kostet derzeit 4,50 Euro, das Frühstück am Donnerstag 4,00 Euro.

Gesprächstermine können Sie gerne mit uns vereinbaren.

### Öffnungszeiten:

**Montag:** 10:00 – 16:00 Uhr  
**Dienstag:** 9:00 – 16:00 Uhr  
**Mittwoch:** 9:00 – 16:00 Uhr  
**Donnerstag:** 9:30 – 13:00 Uhr  
**Freitag:** 9:00 – 16:00 Uhr



Landesverband  
Saarland e.V.

## Tageszentrum Teekessel

Programm April – Juni 2024



### „Zusammen ist man weniger allein“

Anna Gavalda

Getreu unserem Motto bieten wir allen interessierten Menschen, mit und ohne Erfahrung mit einer psychischen Erkrankung, die Möglichkeit, in zwangloser Atmosphäre andere Menschen zu treffen und neue Kontakte zu knüpfen.

Unsere vielfältigen Gruppenangebote, Freizeitaktivitäten und Beschäftigungsmöglichkeiten geben Ihnen zudem die Gelegenheit, die eigene Zeit sinnvoll zu gestalten.

Daneben finden Sie in unserer Einrichtung professionelle Unterstützung für die Bewältigung alltäglicher Herausforderungen.

Der Besuch bei uns ist für Sie unverbindlich und kostenfrei.

### Unsere Kontaktdaten:

Tageszentrum Teekessel, Hofstattstraße 85, 66333 Völklingen  
 Tel. 06898/ 24825 – Fax: 06898/ 280086  
 spteeessel@lvsaarland.awo.org  
 www.awo-saarland.de/tageszentrum-teekessel

# AKTIVITÄTENPLAN

## April

Mittwoch, 03.04., 13:30 - 16:30

Billard in Merzig

Mittwoch, 10.04., 13:30 - 16:30

Besuch eines Wildparks

Samstag, 13.04., 17:00 - 21:00

Racletteabend im Teekessel

Mittwoch, 17.04., 13:30 - 16:30

Führung Saarländischer Rundfunk

Mittwoch, 24.04., 13:30 - 16:30

Kegeln in Wehrden

## Mai

Mittwoch, 08.05., 13:30 - 16:30

Stadtbummel in Saarbrücken

Mittwoch, 15.05., 10:00 - 16:30

Tagesausflug zum Bostalsee

Mittwoch, 22.05., 13:00 - 16:30

Kino

Mittwoch, 29.05., 13:30 - 16:30

Kegeln in Wehrden

## Juni

Mittwoch, 05.06., 13:30 - 16:30

Stadtbummel in St. Ingbert

Mittwoch, 12.06., 13:30 - 16:30

Deutsch-Französischer Garten

Samstag, 15.06., 11:00 - 15:00

InkluSaar in Dillingen

Mittwoch, 19.06., 13:30 - 16:30

Spaziergang Burbacher Weiher

Samstag, 22.06., 11:00 - 15:00

Fest der Arbeiterwohlfahrt am Saarbrücker Schloss

Mittwoch, 26.06., 13:30 - 16:30

Kegeln in Wehrden

### **Änderungen vorbehalten**

Anmeldung zu den einzelnen Ausflügen vor Ort im Teekessel möglich.  
Eigenanteil: 1,-€ bis max. 5,-€

Der Besucherbeirat bietet zudem regelmäßig Veranstaltungen an den Wochenenden an. Hierfür bitte die Aushänge vor Ort beachten.