

# Stadtparkperle-Wochenplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
11:00 - 16:00 Uhr Offener Treff	14:00 - 17:00 Uhr Offener Treff	12:00 - 16:00 Uhr Offener Treff	14:00 - 19:00 Uhr Offener Treff	13:00 - 16:00 Uhr Offener Treff	geschlossen	geschlossen
<b>Zeit für Frühstück</b> 11:00 bis 14:00 Uhr (Eigenanteil je nach Einkauf der Teilnehmenden)						
<b>Achtsamkeit</b> 14:00 bis 15:30 Uhr	<b>Zeit für Kreativität</b> 14:00 bis 17:00 Uhr	<b>Zeit für Tischtennis</b> 14:00 bis 15:30 Uhr	<b>Nährgruppe<sup>2</sup></b> 14:00 bis 16:00 Uhr	<b>Barmbeker Klönschnack</b> 13:00 bis 16:00 Uhr		
<b>Gesprächsgruppe</b> 16:00 bis 18:00 Uhr	<b>Peer-Beratung<sup>1</sup></b> 16:00 bis 18:00 Uhr		<b>Zeit zum Spielen</b> 16:00 bis 19:00 Uhr	Literatur-Gruppe 16:00 - 18:00 Uhr		
<b>Zeit für Tischtennis</b> 18:00 bis 19:00 Uhr	<b>Zeit für Abendbrot</b> 17:00 bis 20:00 Uhr		<b>Offene Beratung</b> 17:00 bis 19:00 Uhr	<b>Pen &amp; Paper<sup>3</sup></b> (Rollenspielgruppe) 18:00 bis 20:00 Uhr	<b>Pen &amp; Paper<sup>3</sup></b> (Rollenspielgruppe) 19:00 bis 21:00 Uhr	
			<b>Zeit für Meditation</b> 19:00 bis 20:00 Uhr			

"Offener Treff" bedeutet, dass die Stadtparkperle zu diesen Zeiten für alle Interessierten geöffnet hat. Der Offene Treff ist unabhängig von den Gruppen.

In dieser Zeit können Sie sich einfach in den Räumen aufhalten, sich unterhalten oder einen Kaffee trinken.

Unsere Gruppenleistungen sind bis auf wenige Ausnahmen **ohne Anmeldung**. Sie können einfach vorbeikommen.

Ausnahmen:

1: Peer-Beratung - Bitte anmelden bei [sylvia.rase@insel-ev.de](mailto:sylvia.rase@insel-ev.de)

2: Nährgruppe: eine Anmeldung wird empfohlen

3: Pen & Paper: Bitte anmelden unter [pergolenviertelrpg@gmail.com](mailto:pergolenviertelrpg@gmail.com)