

Club Pinguin

Programm August 2026



**Tagesstätte & Freizeitclub
im Zentrum für seelische Gesundheit**

Neu im Programm / Information

Am Donnerstag, den 06.08. bietet Frau Maly wieder „**Kaffee und Backgammon**“ an, für alle, die gern Backgammon spielen oder es lernen möchten

Ex-In-Nachmittag

Am Dienstag, 11.08. veranstaltet Frau Novinc einen Ex-In-Nachmittag. Das Thema wird per Aushang bekannt gegeben.

AHA-Ausflug

Am Dienstag, den 18.08. besuchen wir die Schlosslichtspiele. Genaue Zeiten und das Programm werden per Aushang bekannt gegeben. Bitte mitbringen:

Sitzmöglichkeit (falls Sie nicht auf dem Boden sitzen können oder möchten)

Ausreichend Getränke

Warme Kleidung für die Abendstunden

Wichtiger Hinweis: Bei den Schlosslichtspielen kommen intensive Licht- und Projektionseffekte zum Einsatz. Diese können bei empfindlichen Personen, insbesondere bei photosensitiver Epilepsie, gesundheitliche Beschwerden oder epileptische Anfälle auslösen.

Bitte nehmen Sie sich eine Sitzmöglichkeit mit, wenn Sie nicht auf dem Boden sitzen können oder möchten.

Wir treffen uns im Club und laufen dann zusammen zum Schloss. Der Eintritt ist frei, Anmeldung bitte über das Sekretariat.

Die mit *** gekennzeichneten Angebote sind auf einen festen Teilnehmer/innenkreis beschränkt. Bitte beachten Sie auch tagesaktuelle Aushänge, auf denen wir kurzfristige Programmänderungen mitteilen!

Wenn Sie zum ersten Mal zu uns kommen, müssen Sie vorab ein Erstgespräch führen, um unsere Angebote nutzen zu können.

Samstag, 01.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe - vegetarisch
13:30-15:00	Café – Treff mit Kuchen

Sonntag, 02.08.2026 - Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch oder fleischig
13:30-15:00	Café Treff mit Kuchen

Montag, 03.08.2026– Café Bereich geöffnet von 10:00-16:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegan
13:00-13:30	Bewegung + Gesundheit in Eigenregie
14:00-16:00	Café Treff mit Kuchen
14:00-15:30	Offene Gesprächsrunde
14:00-15:30	*** Seidenmalen
14:00-16:00	Nähen & Co. – fällt aus
14:30-16:00	Offener PC-Treff

Dienstag, 04.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 12:00 – 15:30

11:00-12:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
12:30-13:00	Faszientraining in Eigenregie
13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
14:00-15:30	Café - Treff mit Kuchen
14:00-15:30	Töpfergruppe – fällt aus
16:00-17:00	*** Musiktherapie I
17:30-18:30	*** Musiktherapie II

Mittwoch, 05.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch
14:00-15:00	Clubvertretendensitzung – offen für alle
12:30-13:30	Heilströmen in Eigenregie
14:00-14:45	Gymnastik für Frauen
14:00-16:00	Freies Malen
15:00-16:30	Frauentreff – Minigolf am Zoo , Treffpunkt: Beiertheimer Allee 27, Kosten: ca. 4€
16:30-18:30	Gruppe für junge Erwachsene - fällt aus!

Donnerstag, 06.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 13:30 – 15:30

13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
13:30-15:00	Smart mit Phone Beratung
14:00-15:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
14:00-16:00	Aquarell Malen – in Eigenregie
14:00-15:30	Kaffee und Backgammon
14:30-15:30	Lachyoga
16:30-18:30	Computer-Club für alle
16:30-18:30	Aktiv am Abend – Spiele-Abend

Freitag, 07.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe - fleischig
10:00-12:00	Spielerisch Englisch lernen
11:00-12:00	Alles gesagt? Erfahrungsaustausch zu ADHS
13:00-14:30	Theatertherapie – fällt aus

Samstag, 08.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe - vegetarisch
13:30-15:00	Café – Treff mit Kuchen

Sonntag, 09.08.2026 - Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch oder fleischig
13:30-15:00	Café Treff mit Kuchen

Montag, 10.08.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-16:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegan
13:00-13:30	Bewegung + Gesundheit in Eigenregie
14:00-16:00	Café – Treff mit Kuchen
14:00-15:30	*** Seidenmalen
14:00-15:30	Offene Gesprächsrunde
14:00-16:00	Nähen & Co. – fällt aus
14:30-16:00	Smartphone- und Tabletkurs für Fortgeschrittene

Dienstag, 11.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 12:00 – 14:30

11:00-12:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
12:30-13:00	Faszientraining in Eigenregie
13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
14:00-14:30	Café - Treff mit Kuchen
14:00-15:30	Töpfergruppe
14:30-15:30	EX-IN Nachmittag (Thema sh. Aushang)
16:00-17:00	*** Musiktherapie I
17:30-18:30	*** Musiktherapie II

Mittwoch, 12.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch
12:30-13:30	Heilströmen in Eigenregie
14:00-14:45	Gymnastik für Frauen
14:00-16:00	Freies Malen
15:00-16:30	Frauentreff - fällt aus
16:30-18:30	Gruppe für junge Erwachsene - fällt aus!

Donnerstag, 13.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 13:30-15:30

13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
13:30-15:00	Smart mit Phone Beratung
14:00-15:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
14:00-15:30	Café - Treff mit Kuchen
14:00-16:00	Aquarell Malen – in Eigenregie
14:30-15:30	Lachyoga – fällt aus
16:30-18:30	Computer-Club für alle
16:30-18:30	Aktiv am Abend – Gartenprojekt

Freitag, 14.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe - fleischig
10:00-12:00	Spielerisch Englisch lernen
11:00-12:00	Alles gesagt – fällt aus
13:00-14:30	Theatertherapie – fällt aus

Samstag, 15.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe - vegetarisch
13:30-15:00	Café – Treff mit Kuchen

Sonntag, 16.08.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch oder fleischig
13:30-15:00	Café Treff mit Kuchen

Montag, 17.08.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-16:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegan
13:00-13:30	Bewegung + Gesundheit in Eigenregie
14:00-15:30	Offene Gesprächsrunde – fällt aus
14:00-15:30	*** Seidenmalen
14:00-16:00	Café Treff mit Kuchen
14:00-16:00	Nähen & Co. – fällt aus
14:30-16:00	Offener PC-Treff

Dienstag, 18.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 12:00 – 15:30

11:00-12:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
14:00-15:30	Café-Treff mit Kuchen (ab 14:30 Strick-Treff)
14:00-15:30	Töpfergruppe
16:00-17:00	*** Musiktherapie I
17:30-18:30	*** Musiktherapie II

Mittwoch, 19.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch
12:30-13:30	Heilströmen in Eigenregie
14:00-14:45	Gymnastik für Frauen
14:00-16:00	Freies Malen
15:00-16:30	Frauentreff – Karaoke& Tanz
16:30-18:30	Gruppe für junge Erwachsene: Schnuppertermin: Wir gehen ins Eiscafé Arte Dolce

Donnerstag, 20.08..2026 – Café-Bereich geöffnet von 13:30 – 15:30

13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
13:30-15:00	Smart mit Phone Beratung
14:00-15:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
14:00-16:00	Aquarell Malen – in Eigenregie
14:00-15:30	Café - Treff mit Kuchen
14:30-15:30	Lachyoga
16:30-18:30	Computer-Club für alle
16:30-18:30	Aktiv am Abend – Spiele-Abend

Freitag, 21.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe - fleischig
10:00-12:00	Spielerisch Englisch lernen
11:00-12:00	Alles gesagt? Progressive Muskelentspannung
13:00-14:30	Theatertherapie – fällt aus

Samstag, 22.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe - vegetarisch
13:30-15:00	Café – Treff mit Kuchen

Sonntag, 23.08.2026 - Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch oder fleischig
13:30-15:00	Café Treff mit Kuchen

Montag, 24.08.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegan
13:00-13:30	Bewegung + Gesundheit in Eigenregie
14:00-15:00	Café – Treff mit Kuchen
14:00-15:30	Offene Gesprächsrunde – fällt aus
14:00-15:30	*** Seidenmalen
14:00-16:00	Nähen & Co.- fällt aus
14:30-16:00	Smartphone- und Tabletkurs für Fortgeschrittene
15:00-16:00	Achtsamkeit

Dienstag, 25.08.2026 – Café-Bereich geöffnet von 12:00 – 15:30

11:00-12:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
14:00-15:30	Café-Treff
14:00-15:30	Töpfergruppe
16:00-17:00	*** Musiktherapie I
17:30-18:30	*** Musiktherapie II

Mittwoch, 26.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch
12:30-13:30	Heilströmen in Eigenregie
14:00-14:45	Gymnastik für Frauen
14:00-16:00	Freies Malen in Eigenregie
16:30-18:30	Gruppe für junge Erwachsene: Wir besuchen die Schlosslichtspiele
20:30-23:00	Frauentreff – Open Air Kino: Micheal Jackson, Treffpunkt im Club, Kosten: 13€

Donnerstag, 27.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 13:30 – 15:30

13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
13:30-15:00	Smart mit Phone Beratung
14:00-15:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
14:00-15:30	Café - Treff mit Kuchen
14:00-16:00	Aquarell Malen – in Eigenregie
14:30-15:30	Lachyoga – fällt aus
16:30-18:30	Computer-Club für alle -fällt aus-
16:30-18:30	Aktiv am Abend – fällt aus

Freitag, 28.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe - fleischig
10:00-12:00	Spielerisch Englisch lernen
11:00-12:00	Alles gesagt – fällt aus
13:00-14:30	Theatertherapie – fällt aus

Samstag, 29.08.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe - vegetarisch
13:30-15:00	Café – Treff mit Kuchen

Sonntag, 30.08.2026 - Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

10:00-13:30	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch oder fleischig
13:30-15:00	Café Treff mit Kuchen

Montag, 31.08.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-16:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegan
13:00-13:30	Bewegung + Gesundheit in Eigenregie
14:00-16:00	Café – Treff mit Kuchen
14:00-15:30	Offene Gesprächsrunde – fällt aus
14:00-15:30	*** Seidenmalen
14:00-16:00	Nähen & Co.- fällt aus
14:30-16:00	Smartphone- und Tabletkurs für Fortgeschrittene

Interessante Termine und Veranstaltungen in Karlsruhe

Freitagsclub im Casino (SKK) von 15:00 – 16:00 Uhr, Tel. 0721 974-3710

Freitag, 07.08.2026

Recovery - Impuls und Austausch mit Iraklis Symeonidis, Pflegefachkraft Psychiatrie

Freitag, 14.08.2026

Vorstellung des Sozialverbandes VDK Baden-Württemberg mit Rolf Ludwig

Freitag, 21.08.2026

Burnout aus systemischer Sicht mit Lea Hildebrand, Psychologin im SKK

Freitag, 28.08.2026

Entstehung, Symptome und Überblick über Behandlungsmöglichkeiten von Suchterkrankungen aus ärztlicher Perspektive mit Emre Özdemir, Assistenzarzt Psychiatrie SKK

Alle Veranstaltungen sind offen für Patienten/innen, ehemalige Patienten/innen, Angehörige und alle weiteren am Thema Interessierte.

Unter der Telefonnummer: 0721/974-3710 können Sie freitags ab 9:00 Uhr erfragen, ob der Freitagsclub wie geplant stattfindet.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Das Freitagsclub Team

Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle Psychiatrie Karlsruhe

Sprechstunde in der Karlstr. 56

Kontakt per Tel.: 0721-9817333 (AB) oder Email: info@ibb-psychiatrie-ka.de

Radio „Loca!“ - Die Radiosendung von Psychiatrieerfahrenen aus KA

Zu empfangen auf Querkfunk (UKW: 104,8 MHz oder Kabel: 100,20 MHz).

Nächste Sendetermine: Bitte Aushang beachten. Weitere Infos unter www.querfunk.de/sendungen/loca

Begegnungsstätte Schiller 33

Das Programm können Sie unter www.schiller33-ka.de einsehen!

Club Pinguin - Tagesstätte & Freizeitclub im Zentrum für seelische Gesundheit

Stephanienstraße 16, 76133 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 20397 – 141

E-Mail: zentrum@dw-karlsruhe.de

Homepage: www.dw-karlsruhe.de

Clubvertretung: clubvertretung@dw-karlsruhe.de

Öffnungszeiten der Tagesstätte (offener Bereich):

Montag: 10:00-16:00

Dienstag: 12:00 – 15:30

Mittwoch: 10:00-14:00

Donnerstag: 13:30 – 16:30

Freitag: 10:00-14:00

Samstag: 10:00 – 15:00

Sonntag: 10:00 – 15:00

Unser Sekretariat ist im Moment nur noch telefonisch oder per E-Mail erreichbar.

Das Zentrum für seelische Gesundheit ist eine Einrichtung der Trägergemeinschaft Diakonisches Werk Karlsruhe (Geschäftsführung), Caritasverband Karlsruhe e.V. und Stadt Karlsruhe.

Diakonie 
Karlsruhe

Das Diakonische Werk
der Evangelischen Kirche
in Karlsruhe

Caritasverband
Karlsruhe e.V.



Unterstützt durch den Landkreis Karlsruhe



Unterstützt durch das Sozialministerium aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg



Baden-Württemberg
Ministerium für Soziales,
Gesundheit und Integration

Spendenkonto: Diakonisches Werk Karlsruhe bei der Sparkasse Karlsruhe
IBAN: DE03 6605 0101 0108 2061 37 *BIC: KARSDE66XXX*
Verwendungszweck: „Club Pinguin“