



Club Pinguin

Programm September 2026



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



Information

Am Dienstag, den 15.09. bietet Frau Maly wieder „**Kaffee und Backgammon**“ an, für alle, die gern Backgammon spielen oder es lernen möchten.

Am Dienstag, 22. September findet unser diesjähriges Clubfest statt. Es erwarten Sie leckeres Essen, Getränke und noch vieles mehr! Feiern Sie mit und lassen Sie sich überraschen!

Nach drei Jahren guter Zusammenarbeit verabschieden wir uns von unserer Kollegin Katrin Hurst, die uns zum 30. September verlässt. Am Donnerstag, den 10. September findet ihre Verabschiedung im Rahmen des Café-Treffs um 14Uhr statt.

Zur Kenntnisnahme: Wir räumen unseren Kreativraum auf und möchten Sie bitten all Ihre Bilder und Werke, die Sie behalten möchten mit nachhause zu nehmen. Vielen Dank!

Ex-In-Nachmittag

Am Montag, 28.09. veranstaltet Frau Novinc einen Ex-In-Nachmittag. Das Thema wird per Aushang bekannt gegeben.

AHA-Ausflug

Fahrradtour zum Vogelpark

Am Mittwoch, 9. September besuchen wir von 13:30 – ca. 17:00 Uhr den Vogelpark in Leopoldshafen. Treffpunkt ist im Club im Hof. Bitte bringen Sie sich eigene Getränke mit, Anmeldung im Sekretariat bis zum 7. September.

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.

Dienstag, 01.09.2026 – Café-Bereich geöffnet von 12:00 – 15:30

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

Mittwoch, 02.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

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

Donnerstag, 03.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 13:30 – 16:30

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	Café - Treff
16:30-18:30	Computer-Club für alle
16:30-18:30	Aktiv am Abend – Gartenprojekt (bei Regen: Spiele-Abend)

Freitag, 04.09.2026 - 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? Autogenes Training

Samstag, 05.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

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

Sonntag, 06.09.2026 - Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

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

Montag, 07.09.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-16:00

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

Dienstag, 08.09.2026 – Café-Bereich geöffnet von 12:00 – 15:30

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

Mittwoch, 09.09.2026 – Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch
11:00-12:30	Tanz- und Bewegungstherapie
14:00-15:00	Clubvertretendensitzung – offen für alle
14:00-14:45	Gymnastik für Frauen
14:00-16:00	Freies Malen
15:00-16:30	Frauentreff – Kochen, sh. Aushang, UKB: ca. 3€
16:30-18:30	Gruppe für junge Erwachsene: Fällt aus!

Donnerstag, 10.09.2026 – Café-Bereich geöffnet von 13:30-16:30

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 + Verabschiedung von Katrin Hurst
14:00-16:00	Aquarell Malen – in Eigenregie
14:30-15:30	Lachyoga
16:30-18:30	Computer-Club für alle
16:30-18:30	Aktiv am Abend – Spiele-Abend

Freitag, 11.09.2026 - 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

Samstag, 12.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

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

Sonntag, 13.09.2026 - Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

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

Montag, 14.09.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-16:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegan
14:00-15:30	Offene Gesprächsrunde
14:00-15:30	*** Seidenmalen
14:00-16:00	Café Treff
14:00-16:00	Nähen & Co.
14:30-16:00	Smartphone- und Tabletkurs für Fortgeschrittene

Dienstag, 15.09.2026 – Café-Bereich geöffnet von 12:00 – 15:30

11:00-12:00	Nordic-Walking – in Eigenregie
13:00-16:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
14:00-15:30	Kaffee und Backgammon
14:00-15:30	Töpfergruppe
16:00-17:00	*** Musiktherapie I
17:30-18:30	*** Musiktherapie II

Mittwoch, 16.09.2026 – Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch
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: Schnuppertermin: Deckzehn – Rooftop

Donnerstag, 17.09.2026 – Café-Bereich geöffnet von 13:30 – 16:30

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
14:00-16:00	Aquarell Malen – in Eigenregie
16:30-18:30	Computer-Club für alle
16:30-18:30	Aktiv am Abend – Garten-Projekt (bei Regen: Spiele-Abend)

Freitag, 18.09.2026 - 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? Verfahren der Psychotherapie
13:00-14:30	Theatertherapie

Samstag, 19.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

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

Sonntag, 20.09.2026 - Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

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

Montag, 21.09.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-16:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegan
14:00-16:00	Café – Treff
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	Offener PC Treff

Dienstag, 22.09.2026

Clubfest ab 13:30 Uhr

Mittwoch, 23.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch
11:00-12:30	Tanz- und Bewegungstherapie
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: Wir backen gemeinsam Crêpes, UKB: ca. 2,50€

Donnerstag, 24.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 13:30 – 16:30

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
14:00-16:00	Aquarell Malen – in Eigenregie
14:30-15:30	Lachyoga
15:30-16:30	Achtsamkeit
16:30-18:30	Computer-Club für alle
16:30-18:30	Aktiv am Abend – Spiele-Abend

Freitag, 25.09.2026 - 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

Samstag, 26.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00 – 15:00

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

Sonntag, 27.09.2026 - Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

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

Montag, 28.09.2026 – Café Bereich geöffnet von 10:00-15:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB) – fällt aus
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegan
14:00-15:00	Café – Treff
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	EX-In Nachmittag (Thema sh. Aushang)

Dienstag, 29.09.2026 – 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, 30.09.2026 - Café-Bereich geöffnet von 10:00-14:00

09:30-12:00	*** Beschäftigungsangebot (TSB)
10:00-14:00	Morgenrunde/Kochgruppe – vegetarisch
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: Wir kochen gemeinsam, UKB: ca. 3,50€

Interessante Termine und Veranstaltungen in Karlsruhe

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

Freitag, 04.09.2026

Essstörungen - Grundwissen und Hilfsangebote mit Alexandra Nägeli, Psychologin,
Diakonische Suchthilfe Mittelbaden

Freitag, 11.09.2026

Vorstellung der Angehörigengruppe mit Frau Mankin & Herr Herrn Mentgen

Freitag, 18.09.2026

Der IBB stellt sich vor mit Frau Bonet & Herrn Bansbach

Freitag, 25.09.2026

Vorstellung von StaeB - Stationsäquivalente Behandlung mit Rebecca Sauter,
Assistenzärztin, 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

Caritas 
Karlsruhe


Karlsruhe

Unterstützt durch den Landkreis Karlsruhe


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“