

Öffnungszeiten						
Mo	Di	Mi	Do**	Fr	Sa	So
11-16 Uhr	10-15 Uhr		10-14 Uhr			11-15 Uhr
		13-17 Uhr	14-18 Uhr Nachmittags aktivität	11-17 Uhr		
16-18 Uhr Skat*	17-19 Uhr Trommeln*				14-18 Uhr	
		17-19 Uhr U40*	17-19 Uhr Schach*			

\* Skat / Trommeln / U40 / Schach: um vorherige Anmeldung wird gebeten.  
 \*\* 3. Donnerstag im Monat: Ganztagsausflug, STaPE geschlossen  
 Beratungstermine können flexibel mit den Mitarbeitenden vereinbart werden

Für tägliche Aktivitäten bitte Innenseite beachten!

---

Die meisten unserer Angebote sind kostenfrei.  
 Essen und Getränke werden zum Selbstkostenpreis angeboten.

---

### STaPE: Wer wir sind?

Das Tageszentrum ist ein Begegnungsort, sowie ein Treffpunkt des sozialen Miteinanders, dessen Mittelpunkt die Unterstützung im Hinblick auf ein selbstbestimmtes Leben und Handeln, Stabilität im Alltag, Aufbau einer Tagesstruktur sowie die Ermöglichung sozialer Teilhabe darstellt.

Barrierefreier Zugang vorhanden!

---

### STaPE

Saarländisches Tageszentrum Psychiatrie-Erfahrener  
 Heinestraße 2-4 • 66121 Saarbrücken • Tel. 0681 68 535 62 Fax. 0681 68 57 146  
 Web: [www.bb-rilchingen.de](http://www.bb-rilchingen.de) • E-Mail: [stape@bbtgruppe.de](mailto:stape@bbtgruppe.de)  
 Saarbahn: Umlandstraße/ Hellwigstraße • Bus: Ausstieg Paul-Marienstraße

## Tageszentrum STaPE

### Programm April 2024



### Lust Gitarre zu lernen?

**Wir bieten Unterricht für Anfänger &  
Fortgeschrittene**

# Unsere Angebote



## Montag 11-16 Uhr / 16-18 Uhr

- 11-16 Uhr **Offener Treff**
- 13-14.30 Uhr **Interaktionsgruppe – Ich-Du-Wir** mit Margret Müller  
Thema: „Wir betrachten das Herz als Symbol“  
Termine: 15.04./ 29.04.
- 14-15.30 Uhr **Selbsthilfegruppe „Ängste und Depressionen“** mit Thomas  
Termine: 08.04./ 22.04.
- 15.30-17.30 Uhr **Theatergruppe** mit Gaby
- 16-18 Uhr **Skat-Runde** mit Bernd



n. Absprache **Klavier- & Keyboardunterricht** mit Bernd



## Dienstag 10-15 Uhr / 17-19 Uhr

- 12.30 Uhr **kostenloses Mittagessen** aus Rilchingen (ohne Anmeldung)
- 11.30-15 Uhr **Offener Treff**
- 17-19 Uhr **Trommeln** mit Bernd  
17-18 Uhr (Anfänger) & 18-19 Uhr (Fortgeschrittene)



n. Absprache **Gitarrenunterricht** mit Luc



## Mittwoch 13-17 Uhr / 17-19 Uhr

- 13 Uhr **Backgruppe** mit Robert
- 14-16 Uhr **Kreativ-Treff** mit Ute
- 17-19 Uhr **U40-Gruppe** mit Martina  
Raum für junge Psychiatrie-Erfahrene



## Donnerstag 10-14 Uhr / 14-19 Uhr

- 10-11 Uhr **Frühstück**
- 11-14 Uhr **Offener Treff**
- 17-19 Uhr **Schach-Treff** mit Bernd



14-18 Uhr

## Nachmittagsaktivität

- 04.04. Kegeln (mit Anmeldung)
- 11.04. Crêpes
- 25.04. Kegeln (mit Anmeldung)



9.30-18 Uhr

## Ganztagsausflug

18.04. Museumsbesuch in Speyer „Playmobilausstellung – 50 Jahre Spielgeschichte“ (Anmeldung bis zum 11.04.)

## Freitag 11-17 Uhr

- 11.30-13 Uhr **Kochgruppe** mit Ute (Anmeldung bis Dienstag)
- 13-17 Uhr **Offener Treff**

## Samstag 14-18 Uhr

- 14.30-15.30 Uhr **Kochgruppe** mit Marvin, Alisa & Robert (Anmeldung bis Dienstag)
- 14-18 Uhr **Offener Treff**

## Sonntag 11-15 Uhr

- 12-13 Uhr **3-Gänge-Menü** aus Rilchingen (Anmeldung bis Dienstag)
- 13-15 Uhr **Offener Treff**

## Weitere Events & Infos:

- |              |           |   |
|--------------|-----------|---|
| 05.04. (Fr.) | 14.30Uhr  | <b>Fit mit Ute</b>                      |
| 12.04.(Fr.)  | 14.30 Uhr | <b>Relax-Runde</b> mit Ute              |
| 26.04. (Fr.) | 14 Uhr    | <b>STaPE-Monatstreff</b> mit Antonietta |



## Feiertag (geänderte Öffnungszeiten):

- 01.04. (Ostermontag) 10-14 Uhr **Frühstück** (mit Anmeldung)



Für Programmänderungen bitte Aushänge im STaPE beachten!