



Åben og Rolig Drop-in

Foråret 2023

Tilmelding er ikke nødvendig – du møder blot op på dagen.

Vi mødes på følgende datoer:

- **Onsdag d. 18/1** - 16.30-18.00 (Fokus på kroppen)
Sohngårdsholmsvej 2, 2. sal
- **Torsdag d. 16/2** - 16.30-18.00 (Fokus på sindet)
Sohngårdsholmsvej 2, 2. sal
- **Tirsdag d. 14/3** - 16.30-18.00 (Fokus på samvær)
Sohngårdsholmsvej 2, 2. sal
- **Onsdag d. 19/4** - 16.30-18.00 (Fokus på kroppen)
Sohngårdsholmsvej 2, 2. sal
- **Tirsdag d. 16/5** - 16.30-18.00 (Fokus på sindet)
Sohngårdsholmsvej 2, 2.
- **Torsdag d. 15/6** - 16.30-18.00 (Fokus på samvær)
Sohngårdsholmsvej 2, 2.

Andet praktisk:

- Vi har måtter, du kan ligge eller sidde på. Du skal selv medbringe tæppe og evt. pude.
- Der vil være en lille pause halvvejs, og der bliver serveret vand og the
- I tilfælde af ændringer vil du kunne finde information i Facebookgruppen 'Åben og Rolig drop-in Aalborg', på hjemmesiden www.aabenogrolig.dk eller via henvendelse telefonisk til centret på nummer 99311961

Vi glæder os til at se dig!