

# ANGEBOTE

## OP DE WISCH MITTE

- Beratung
- Gruppenangebot mit Anmeldung
- Gruppenangebot ohne Anmeldung
- Offener Treff

Mo	Di	Mi	Do	Fr	So
<p><b>12:00 – 14:00</b> alle zwei Wochen <b>Hamburg To Go</b></p> <p>HVV-Ticket vorausgesetzt Anmeldung über Bezugs- betreuung oder Frau Behning 0159-04 47 59 31 oder Frau Thies 0157-76 37 56 51 Anmeldung bis Mittwoch davor</p>		<p><b>10:00 – 12:00</b> <b>Frühstücksgruppe</b></p> <p>Eigenanteil € 1,50 Anmeldung über Bezugsbetreuung oder über 040_600 88 34 35.</p>	<p><b>13:00 – 15:30</b> <b>Offener Treff</b> <b>Sozialberatung, ohne</b> <b>Anmeldung möglich</b></p> <p>Anmeldung möglich über Bezugs- betreuung oder unter 040_600 88 34 35.</p>	<p><b>13:00–15.30</b> <b>Schwimmgruppe</b></p> <p>Eigenanteil 2,-€ Anmeldung über Bezugsbetreuung oder 040_600 88 34 35.</p>	<p>Letzter Sonntag im Monat / 10.00–13.00 <b>Sonntagsbrunch</b> Eigenanteil 1,50 € Anmeldung über 040_600 88 34 35.</p>
<p><b>13:00 – 14:30</b> <b>Money Check</b> Wo ist mein Geld?</p> <p>Anmeldung über Bezugs- betreuung</p>		<p><b>12.00 – 14.00</b> <b>Papierdilemma</b></p> <p>Anmeldung über Bezugs- betreuung oder Frau Yeboah 0176-14475933 Anmeldung bis Montag davor</p>	<p><b>16:00</b> fürs Erstgespräch, ab 16:15 <b>NADA Ohr-Akupunktur</b></p> <p>Eigenanteil 1,- € Anmeldung über Herrn Raabe / 01590-4475921</p>	<p><b>13:30 – 15:30</b> <b>Sozialberatung auf Twi +</b> <b>Englisch</b></p> <p>Anmeldung über Frau Yeboah 0176-14475933 oder Frau Ankrah 0176-14 47 59 03</p>	
		<p><b>15.00–18.00</b> <b>Afrikanische Gruppe</b> Eigenanteil 2,- € Anmeldung über Frau Yeboah / 0176-14475933 oder Frau Ankrah / 0176-14475903</p>			

### Nach telefonischer Vereinbarung

Offene Angebotsberatung zur ASP-Betreuung \_ Frau Berka / 01590-4475926  
Sozialberatung Arabisch \_ Herr Henchiri / 0176-22776200  
Sozialberatung Farsi/Dari \_ Frau Nassery / 0176-57344806



## Offener Treff

Die Begegnungsstätte ist geöffnet und Sie können unter Menschen sein oder in Ruhe Zeitung lesen. Zudem haben Sie die Möglichkeit, eine Sozialberatung ohne Anmeldung zu erhalten. Bei Fragen finden Sie hier einen (ersten) Anlaufpunkt.

## Hamburg To Go

Sie sind gerne in Gesellschaft unterwegs, auf der Suche nach Ideen für kostenlose Unternehmungen oder brauchen einfach mal einen Grund, die Wohnung zu verlassen? Dann begleiten Sie uns doch und entdecken mit uns die Schönheit und Vielfalt Hamburgs.

## Frühstücksgruppe

Sie möchten bei einem gemeinsamen Frühstück, in einer gemütlichen Atmosphäre den Tag beginnen? Dann sind Sie in der Frühstücksgruppe richtig. Der Eigenanteil beträgt 1,50 Euro.

## Afrikanische Gruppe

Bei der afrikanischen Gruppe geht es um den Austausch kultureller Themen und das gemeinsame Zubereiten von Heimatgerichten. Die Gespräche und das Kochen finden im zweiwöchentlichen Rhythmus statt. Der Eigenanteil beträgt 2 Euro pro Kochtermin.

## Nada Akupunktur

Ohr-Akupunktur nach dem Nada Protokoll. Trägt zur Zentrierung, Entspannung und zur inneren Gelassenheit bei und kann dabei helfen, Suchtdruck auszugleichen. Vor Ihrer ersten Teilnahme findet ein Vorgespräch statt. Hier bekommen Sie Infos und können Fragen stellen. Materialkosten 1€

## Schwimmgruppe

Für alle, die sich gerne im Wasser aufhalten, sich gerne aktiv betätigen und die Entlastung und Stressabbau im Wasser suchen.

## Sonntagsbrunch

Keine Lust sonntags alleine zu frühstücken? Wir treffen uns jeden letzten Sonntag im Monat, um gemeinsam zu schlemmen und mit anderen Teilnehmenden ins Gespräch zu kommen. Wir freuen uns auf Sie! Der Eigenanteil beträgt 1,50 Euro

## Unsere Beratungsangebote

### Angebotsberatung

Wir prüfen Ihren Unterstützungsbedarf und beraten Sie zu unseren Angeboten. Sollten Sie eine Unterstützung im Rahmen der ASP benötigen, begleiten wir Sie im Antragsverfahren.

### Sozialberatung

Wir beraten Sie zu vielen Fragen in den unterschiedlichsten, sozialen Lebenslagen. Darüber hinaus bieten wir Ihnen im Gespräch einen Überblick über Möglichkeiten der Unterstützung in Ihrem Sozialraum an und stellen gerne gemeinsam mit Ihnen den Kontakt her.

**Auch auf farsi/dari; twi/englisch und arabisch**

### Money Check - Wo ist mein Geld?

Über Geld spricht man nicht? Doch, hier schon! Gemeinsam schauen wir uns Ihre finanzielle Situation an und finden heraus, wo Ihr Geld ist.

### Papierdilemma

Sind Sie mit dem Sortieren Ihrer Papiere überfordert? Brauchen Sie Unterstützung beim Einordnen? Gemeinsam lösen wir Ihr Papierdilemma!

*Zu den offenen Gruppen und dem offenen Treff kommen Sie gern spontan ohne Anmeldung.*

*Für die Beratungen und anderen Gruppenangebote benötigen Sie eine Anmeldung über die Gruppenleitung oder die Bezugsbetreuung.*

*Wir freuen uns auf Sie!*

**Rabea Berka**  
**Bezirksleitung Mitte**  
**Mobil 0159\_04475926**  
**berka@op-de-wisch.de**

**Op de Wisch e.V.**  
**Eiffestraße 74**  
**20537 Hamburg**

**Telefon 040\_600 88 34 35**  
**Telefax 040\_600 88 34 36**  
**info@op-de-wisch.de**  
**www.op-de-wisch.de**



PROJEKTE PSYCHO-SOZIALER BEGLEITUNG



**Wochenprogramm**

**MITTE**

**August 2024**