

MONTAG

09.30 - 11.00 Uhr **FRÜHSTÜCK**
Unkostenbeitrag 1,60 €

13.30 - 15.00 Uhr **OFFENER TREFF**
Klönen, Spiele, Tischtennis
Veranstaltungsraum,
Brückenstr. 45, UG

DIENSTAG

10.30 - 12.00 Uhr **BASICS** Gesprächskreis
mit Anmeldung
Wir besprechen Themen rund
um Gesundheit und Alltag.
Unkostenbeitrag 0,50 €

13.00 - 14.00 Uhr **AB AUF DIE MATTE**
Gymnastik mit Yoga-
Elementen (bequeme Kleidung!)
Brückenstr. 45, UG

14.30 - 16.00 Uhr **KREATIV**
mit Anmeldung
Adamstr. 27, 1. OG
(Tagesstätte)

MITTWOCH

09.30 - 10.30 Uhr **FRÜHSTÜCK**
Unkostenbeitrag 1,60 €

10.30 - 11.30 Uhr **MALGRUPPE**
begleitet von unserem
Peer-Berater
mit Anmeldung

14.30 - 16.00 Uhr **TROMMELN**
Veranstaltungsraum,
Brückenstr. 45, UG

16.00 - 19.00 Uhr **BISTRO NACH FEIERABEND**
Kleine Speisen, frische Säfte
Spiele, klönen, Zeitung lesen...

ANGEBOT IN MESCHENICH JEDEN MITTWOCH

12.00 - 15.00 Uhr **PSYCHOSOZIALE BERATUNG
FÜR MESCHENICHER*INNEN**
Büro der Kompetenzagentur,
An der Fuhr 1/216,

DONNERSTAG

10.00 - 12.00 Uhr **KOCHGRUPPE**
nur mit Anmeldung

12.00 -13.30 Uhr **MITTAGSTISCH**
Unkostenbeitrag 3,00 €
(nur mit Voranmeldung
bis Mittwoch 18 Uhr)

13.30 -15.00 Uhr **OFFENES CAFÉ**

15.00 -16.00 Uhr **LET'S DANCE**
Begegnung in Bewegung
Brückenstr. 45, UG

FREITAG

11.00 Uhr **FREIZEITTREFF**
Wechselnde Freizeitaktivitäten
innerhalb und außerhalb
des SPZs

**Bitte beachten Sie das
gesonderte Monatsprogramm!**

Unser aktuelles Programm und alle Aushänge
finden Sie auch auf unserer Homepage:

www.spz-rodenkirchen.de