

Wochenplan Alsterdorf

ab 01.04.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Frühstück 10:00 - 11:30 Uhr	Fit in den Tag 10:00 - 11:30 Uhr	Backgruppe 11:00 - 13:00 Uhr (außer am 3. Donnerstag im Monat)	Kreativgruppe 10:00 - 12:00 Uhr
	Offener Treff* 11:30 - 13:00		Kochgruppe 11:30 - 14:00 Uhr (Jeden 3. Donnerstag im Monat)	
			Offener Treff* 13:00 - 14:00 Uhr	
Alltagswerkstatt 14:00 - 15:30 Uhr Epilepsiespezifische Themen * Anmeldung erforderlich			Kaffee & Kuchen 14:00 - 15:00 Uhr	
		Spielegruppe u.a. 15:00 - 17:00 Uhr		*Was ist der offene Treff? Hier ist Zeit sich mit anderen Teilnehmer*innen zu treffen, zu spielen und zu snacken.
		Offener Treff* 17:00 - 18:00 Uhr		
		Telefonische Sprechstunde für Berufstätige: 18:00 – 19:00		