



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Offener Treff	14 – 15:30 Uhr		16 – 17:30 Uhr mit Kaffee und Kuchen		10 – 11:30 Uhr mit Frühstück
Gruppenangebote		Selbstfürsorge 14-tägig (ungerade Wochen) 10:30 – 12:30 Uhr		Frauen ab 50 14-tägig (gerade Wochen) 13 – 14:30 Uhr	
Telefonzeiten	10 – 11 Uhr		13 – 14 Uhr		12 – 13 Uhr

Termine für die Kreativ-Angebote stehen auf unserer Internetseite.

Info: Für alle Veranstaltung in den Räumen von IHRISS gilt die 3 G - Regelung (geimpft – genesen – getestet). Ein Nachweis dazu ist erforderlich.

Bei Fragen dazu ruft uns gern unter 0431.63 69 7 an.