



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Offener Treff	14 – 15:30 Uhr		16 – 17:30 Uhr mit Abendbrot		10 – 11:30 Uhr mit Frühstück
Gruppenangebote		Selbstfürsorge 14-tägig (ungerade Wochen) 10:30 – 12:30 Uhr		Gesprächsgruppe 14-tägig (ungerade Wochen) 15:00 – 16:30 Uhr	
		Traumasesensitives Yoga 14-tägig (gerade Wochen) 10:30 – 11:30 Uhr 12:00 – 13:00 Uhr			
Telefonzeiten	12 – 13 Uhr				12 – 13 Uhr

Weitere Angebote findet ihr auf der Internetseite: www.ihriss.de

Bei Fragen dazu ruft uns gerne unter 0431 63 69 7 an.