









Montag:

-  **Kochgruppe:** gemeinsames Kochen mit anschließendem Essen (*Anmeldung erforderlich*)
11:00 - 14:00 Uhr
-  **Kreativgruppe:** versch. kreative Projekte, die unter Anleitung angefertigt werden
14:00 - 17:00 Uhr




Dienstag:

-  **Dartgruppe:** es wird gemeinsam in gemütlicher Runde Darts gespielt
11:30 - 13:30 Uhr
- Jeden 1. Und 3. Dienstag im Monat**
-  **Backgruppe:** (*Anmeldung erforderlich*)
14:00 - 17:00 Uhr
-  **Offene Gruppe:** ein Treffpunkt, an dem sich Betroffene und nicht Betroffene bei Kaffee und Kuchen mit verschiedenen Karten und Brettspielen im Kirchencafé beschnuppern können
14:00 - 17:00 Uhr
-  **Cafe Global:** für Menschen mit Migrationshintergrund, die ein Gesprächsangebot suchen
ab 14:30 Uhr




Mittwoch:

- Jeden 2. Mittwoch im Monat**
-  **Frauengruppe:** in vertrauter Atmosphäre werden verschiedene Themen diskutiert
12:00 - 14:00 Uhr
- Jeden 3. Mittwoch im Monat**
-  **Angehörigengruppe:** zum Austausch und zur Hilfestellung bei Problemen mit Betroffenen
18:30 - 20:00 Uhr

Donnerstag:

- Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat**
-  **Großes gemeinsames Frühstück:** mit Besucher*innen und Betreuer*innen
10:00 – 12:00 Uhr (*Anmeldung erforderlich*) – 14-tägig!
-  **Offene Gruppe:** ein Treffpunkt, an dem sich Betroffene und nicht Betroffene bei Kaffee und Kuchen mit versch. Karten u. Brettspielen kennenlernen können
14:00 - 17:00 Uhr
- Jeden 3. Donnerstag im Monat**
-  **Interkulturelle Kochgruppe:** 12:00 Uhr – 15:00 Uhr

Freitag:

-  **Moderierte Selbsthilfe-Gruppe Angst/Depression:** von Betroffenen für Betroffene
(*Anmeldung erforderlich*)
10:00 - 11:30 Uhr / 12:00 Uhr - 13:30 Uhr
-  **Musikgruppe:** für Menschen, die gerne mit anderen gemeinsam Musik machen möchten
17:00 - 19:00 Uhr (*Anmeldung erforderlich*)
- Jeden 2. Und 4. Freitag im Monat**
-  **Zusammen in Sterkrade:** gemeinsame Erkundungen in und rund um Sterkrade
14:00 - 17:00 Uhr (*Anmeldung erforderlich*)