

# HERBSTPLAN

## FRIEDA-Beratungszentrum für Frauen\* und Trans Personen



	MONTAG 12- 18:00	DIENSTAG 10-20:00	MITTWOCH 10-18:00	DONNERSTAG 10-20:00	FREITAG 10-17:00
<b>OFFENER SOZIALER BEREICH</b>	12-18:00 Offener Treff und Verweisberatung	10-20:00 Offener Treff und Verweisberatung	10-18:00 Offener Treff und Verweisberatung	10-20:00 Offener Treff und Verweisberatung	10-17:00 Offener Treff und Verweisberatung
<b>Cafe</b>	11-18:00 Meetings for “third country nationals” women* from Ukraine	18-20:00 Abendangebot (z.B. Leseclub)	10-13:00 Treffpunkt arabischsprachige Frauen*	18-20:00 Abendangebot (z.B. Cine Club, Vernissage)	11-18:00 Meetings for “third country nationals” women* from Ukraine
<b>Küche</b>	12-15:00 Solidarische Küche IWS			12-15:00 Frieda kocht!	12-15:00 Solidarische Küche IWS
<b>BERATUNG</b>	12-18:00 Psychosoziale Beratung - Sozialarbeiterin	17-20:00 Arbeitslosen- beratung	10-13:00 Coaching/Frau* und Arbeit 12-16:00 Sozialberatung	16-20:30 14tägig Rechtsberatung/ Online Rechtsberatung	10-16:00 Sozialberatung
<b>GRUPPEN</b>			15-17:00 Kaffeeklatsch für Rentnerinnen*		
<b>KURSE</b>	19:30-21:00 Bauchtanz	18:00 – 20:00 Yoga	10:00-11:30 Qi Gong 18:00 – 20:00 Yoga	10-11:30 Flamenco 18- 20:00 Pilates	10:30-13:00 Afganische Frauen *gruppe  <b>1xMonat</b> IWS - Empowermen- tworkshop Bewegungsraum
					<b>SAMSTAG</b>