

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Lichttherapie 8h30-10h30	Lichttherapie 8h30-10h30	Lichttherapie 8h30-10h30	Lichttherapie 8h30-10h30	Lichttherapie 8h30-10h30
Cog - Pack 09h - 11h00	Werkstatt Schieren 09h30 - 11h15	Cog - Pack 09h00 - 11h30	Lesestunde (D) 09h00-10h00	Gartengruppe 09h00 - 15h30
Plop 09h00 - 11h00	Kochatelier 10h00 - 14h00	Werkstatt Schieren 09h30 - 11h15	Werkstatt Schieren 09h30 - 11h15	Werkstatt Schieren 09h30 - 11h15
Werkstatt Schieren 09h30 - 11h15	Gedächtnstraining 10h30- 12h00	Stressbewältigung / Psychoedukative Gruppe: Angst 10h00 - 11h30	Kochatelier 10h00 - 14h00	Nordic Walking 13h30 - 15h00
Achtsamkeits- gruppe 09h30-10h30	Kreativgruppe 13h30 - 16h00	Psychomotorik 13h30 - 16h00	Progressive Muskelrelaxation 10h30 - 11h30	Werkstatt Schieren 14h00 - 16h00
Cog - Pack 13h00 - 15h00	Werkstatt Schieren 14h00-16h00	Werkstatt Schieren 14h00 - 16h00	Werkstatt Schieren 14h00 - 16h00	
Werkstatt Schieren 14h00 - 16h00	Schwimmgruppe 14h00 - 16h00	Bewegung zur Musik 14h00 - 16h00		
Nordic Walking 14h00 - 16h00				
Relaxation 13h00-16h00				

ADRESSE:
76, avenue J-F Kennedy
L-9053 Ettelbruck

TELEFON:
26 81 51 60

MOBILTELEFON:
621 62 37 67

EMAIL:
cdj@liewen-dobaussen.lu

ERSTGESPRÄCHE:
montags: 13h30 und 15h00
donnerstags: 13h45 und 15h00

Bei Bedarf hinzufüßbar:
Sozialkompetenzgruppe, Selbstvertrauensgruppe
und psychoedukative Gruppe, Stepps-Training

Einmal im Monat findet statt:
- Wandertour
- Müllsammel-Aktion

