

# Monatsplan Oktober 2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
11:00 – 17:00 Uhr	11:00 – 15:30 Uhr	11:00 – 17:00 Uhr	11:00 – 17:00 Uhr	09:00 – 15:00 Uhr	Geschlossen	Geschlossen
2 Backgruppe <sup>1</sup> 14:00 – ca. 16:30 Uhr	3 Frauenfrühstück <sup>1</sup> 09:30 – 11:00 Uhr	4 NADA <sup>2</sup> Ab 15:00 Uhr	5 Selbsthilfegruppe <sup>1</sup> Ab 18:00 Uhr	6 Schachgruppe <sup>1</sup> 13:00 – 14:30 Uhr	7	8
9 Backgruppe <sup>1</sup> 14:00 – ca. 16:30 Uhr	10 Frauenfrühstück <sup>1</sup> 09:30 – 11:00 Uhr Assoziatives schreiben <sup>3</sup> Ab 14 Uhr	11 Umgang mit (Sucht-)druck <sup>3</sup> Ab 13:00 Uhr	12 Dart 14:30 - 16:30 Uhr Selbsthilfegruppe <sup>1</sup> Ab 18:00 Uhr	13	14	15
16 Backgruppe <sup>1</sup> 14:00 – ca. 16:30 Uhr	17 Frauenfrühstück <sup>1</sup> 09:30 – 11:00 Uhr	18 NADA <sup>2</sup> Ab 15:00 Uhr	19 Black Stories <sup>4</sup> 14:30 – 16:30 Uhr Selbsthilfegruppe <sup>1</sup> Ab 18:00 Uhr	20 Schachgruppe <sup>1</sup> 13:00 – 14:30 Uhr	21	22
23 Backgruppe <sup>1</sup> 14:00 – ca. 16:30 Uhr	24 Frauenfrühstück <sup>1</sup> 09:30 – 11:00 Uhr	25 Umgang mit (Sucht-)druck <sup>3</sup> Ab 14:00 Uhr NADA <sup>2</sup> Ab 15:00 Uhr	26 Dart 14:30 – 16:30 Uhr Selbsthilfegruppe <sup>1</sup> Ab 18:00 Uhr	27 Schachgruppe <sup>1</sup> 13:00 – 14:30 Uhr Skatturnier Ab 15 Uhr	28	29
30 Backgruppe <sup>1</sup> 14:00 – ca. 16:30 Uhr	31 Frauenfrühstück <sup>1</sup> 09:30 – 11:00 Uhr					

Bitte tragt euch für die Veranstaltung in die jeweilige Liste ein

<sup>1</sup> Wöchentliche Veranstaltung

<sup>2</sup> National Acupuncture Detoxification Association nach dem NADA-Protokoll (Siehe Flyer)

<sup>3</sup> Offener Treff ohne vorherige Anmeldung

<sup>4</sup> Kartenspiel: Sammlungen von kniffligen und morbiden Geschichten

Café Okay  
Besenbruchstraße 10, 42285  
Wuppertal  
Telefon: +49 202 9764310

