

**Montag, 03.12.18**

09.30 Uhr Seniorenbeirat der Stadt Frankfurt (Oder)  
14.00 Uhr Senioren-Montags-Café –  
14.00 Uhr SHG Herz-Kreis-Lauf  
16.15 Uhr SHG Stark im Rücken  
16.30 Uhr SHG Alkohol - FREI  
18.00 Uhr Stammtisch Junge Selbsthilfe  
19.00 Uhr Anonyme Alkoholiker I

**Dienstag, 04.12.18**

09.15 Uhr Osteoporose-Sport  
09.30 Uhr Frühstückstreff ohne Sucht  
13.00 Uhr Schach für Jung und Alt  
16.00 Uhr Junge Selbsthilfe Jung & abstinient  
17.00 Uhr SHG „Morgensterne“  
18.00 Uhr SHG „Angehörige psychisch Kranker“

**Mittwoch, 05.12.18**

10.00 Uhr SHG Multiple Sklerose- Vorstand  
14.00 Uhr SHG Chor Lebensfreude  
15.00 Uhr Frauenselbsthilfe nach Krebs  
17.00 Uhr SHG gegen Angst, Depression, Burn-Out,...  
17.00 Uhr SHG Gemeinsam statt einsam  
18.30 Uhr Suchthilfeverein Sua Sponte  
19.30 Uhr Anonyme Alkoholiker III

**Donnerstag, 06.12.18**

09.30 Uhr SHG Parkinson – Sport  
10.00 Uhr Sturzprophylaxe  
12.30 Uhr Rommé – Nachmittag  
14.00 Uhr Blinden und Sehbehindertenverband  
16.30 Uhr SHG Zuflucht  
17.00 Uhr Junge Selbsthilfe „Malen und Zeichnen“  
19.00 Uhr Anonyme Alkoholiker II  
19.00 Uhr AI - Anon

**Freitag, 07.12.18**

09.00 Uhr Handarbeiten im geselligen Kreis  
18.00 Uhr SHG Suchtkranke und deren Angehörige des Kreuzbundes

**Samstag, 08.12.18**

09.30 Uhr Garagengemeinschaft  
14.30 Uhr Kreisverband der Gehörlosen und Umgebung

**Montag, 10.12.18**

14.00 Uhr Senioren-Montags-Café  
16.15 Uhr SHG Stark im Rücken  
16.30 Uhr SHG Alkohol – FREI  
19.00 Uhr Anonyme Alkoholiker I  
19.00 Uhr Aktionsbündnis Montagsdemo  
19.00 Uhr Interessengemeinschaft Tagesmütter- und Tagesväter

**Dienstag, 11.12.18**

09.15 Uhr Osteoporose – Sport  
09.30 Uhr Frühstückstreff ohne Sucht  
13.00 Uhr Schach für Jung und Alt  
15.00 Uhr Schwerhörigenverein  
15.00 Uhr SHG Fibromyalgie  
16.00 Uhr SHG „Junge Selbsthilfe Jung & abstinente“

**Mittwoch, 12.12.18**

09.30 Uhr AG soz. Dienste  
14.00 Uhr Singen für Jedermann  
18.00 Uhr Suchthilfeverein Sua Sponte  
19.30 Uhr Anonyme Alkoholiker III

**Donnerstag, 13.12.18**

09.30 Uhr SHG Parkinson – Sport  
10.00 Uhr Sturzprophylaxe  
12.30 Uhr Rommé – Nachmittag  
16.30 Uhr SHG Zuflucht  
17.00 Uhr „Sonnenaufgang“ – Depressionen und Ängste, Junge Selbsthilfe  
19.00 Uhr Anonyme Alkoholiker II  
19.00 Uhr AI - Anon

**Freitag, 14.12.18**

14.00 Uhr Geburtstagsfeier vom Haus der Begegnung  
im vorweihnachtlichen Ambiente  
18.00 Uhr SHG Suchtkranke und deren Angehörige des Kreuzbundes

**Samstag, 15.12.18**

14.00 Uhr SHG Suchtkranke und deren Angehörige des Kreuzbundes  
Weihnachtsfeier

**Montag, 17.12.18**

11.00 Uhr SHG Rheuma  
14.00 Uhr Senioren-Montags-Café  
16.15 Uhr SHG Stark im Rücken  
16.30 Uhr SHG Alkohol – FREI  
19.00 Uhr Anonyme Alkoholiker I  
19.00 Uhr Aktionsbündnis Montagsdemo

**Dienstag, 18.12.18**

09.15 Uhr Osteoporose – Sport  
09.30 Uhr Frühstückstreffen ohne Sucht  
13.00 Uhr Schach für Jung und Alt  
14.00 Uhr SHG „Parkinson und Angehörige“  
16.00 Uhr SHG „Junge Selbsthilfe Jung & abstinente“  
17.00 Uhr SHG „Morgensterne“

**Mittwoch, 19.12.18**

14.00 Uhr Singen für Jedermann  
14.00 Uhr SHG „Diabetiker“  
17.00 Uhr SHG gegen Angst, Depression, Burn-Out,...  
17.00 Uhr SHG Gemeinsam statt einsam  
18.00 Uhr Suchthilfeverein Sua Sponte  
19.30 Uhr Anonyme Alkoholiker III

**Donnerstag, 20.12.18**

09.30 Uhr SHG Parkinson – Sport  
10.00 Uhr Sturzprophylaxe  
12.30 Uhr Rommé – Nachmittag  
14.00 Uhr SHG Männer nach Krebs  
16.30 Uhr SHG Zuflucht  
19.00 Uhr Anonyme Alkoholiker II  
19.00 Uhr AI - Anon

**Freitag, 23.11.18**

15.00 Uhr XXL -Plus „Morbide Adipositas“  
18.00 Uhr SHG Suchtkranke und deren Angehörige des Kreuzbundes

**Montag, 24.12.18****Dienstag, 25.12.18****Mittwoch, 26.12.18**

19.30 Uhr

**Heiligabend****1. Weihnachtsfeiertag****2. Weihnachtsfeiertag**

Anonyme Alkoholiker III

**Donnerstag, 27.12.18**

12.30 Uhr Rommé – Nachmittag  
19.00 Uhr Anonyme Alkoholiker II  
19.00 Uhr AI - Anon

**Freitag, 28.12.18**

18.00 Uhr SHG Suchtkranke und deren Angehörige des Kreuzbundes

**Montag, 31.12.2018****14.00 Uhr**

SHG Suchtkranke und deren Angehörige des Kreuzbundes  
Silvester Feier