

**Monatsplan**



**Januar 2026**

**FTZ-EigenSinn**

Montag 29.12.	Dienstag 30.12	Mittwoch 31.12.	Donnerstag 01.01.	Freitag 02.01.
			<b>TS geschlossen</b>	11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Neujahrs- Yoga
Montag 05.01.	Dienstag 06.01.	Mittwoch 07.01.	Donnerstag 08.01.	Freitag 09.01.
11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Rauhnächte	<b>TS geschlossen</b>	11:00 Genussvolle Ideenküche 10:30 „Tafel“ 14:00 Bewegung 14:30 Nähen 15:00 Singen	11:00 Genussvolle Ideenküche 15:00 Creative-Gruppe	11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Kalligraphie
Montag 12.01.	Dienstag 13.01.	Mittwoch 14.01.	Donnerstag 15.01.	Freitag 16.01.
11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Uhr Malen mit Sophie	<b>TS geschlossen</b> Klausurtag	11:00 Genussvolle Ideenküche 10:30 „Tafel“ 14:00 Bewegung 14:30 Nähen 15:00 Singen	11:00 Genussvolle Ideenküche 14:00 Bewegung m. Bernadette  14:30 Töpfern Glasur	11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Nassfilzen
Montag 19.01.	Dienstag 20.01.	Mittwoch 21.01.	Donnerstag 22.01.	Freitag 23.01.
11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Uhr Malen mit Sophie	11:00 Genussvolle Ideenküche 14:30 Yoga 14:00 Nähprojekt	11:00 Genussvolle Ideenküche 10:30 „Tafel“ 14:00 Bewegung 14:30 Nähen 15:00 Singen	11:00 Genussvolle Ideenküche  <b>Gartenprojekt</b>	11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Tanzen mit Sophie  14:30 Galerie Japankunst
Montag 26.01.	Dienstag 27.01.	Mittwoch 28.01.	Donnerstag 29.01.	Freitag 30.01.
11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Uhr Malen mit Sophie	11:00 Genussvolle Ideenküche 14:30 Yoga 14:00 Nähprojekt	11:00 Genussvolle Ideenküche 10:30 „Tafel“ 14:00 Bewegung 14:30 Nähen 15:00 Singen	11:00 Genussvolle Ideenküche 14:00 Bewegung m. Bernadette	11:00 Genussvolle Ideenküche  14:00 Tanzen mit Sophie

**Aktuelle Aushänge zu Veranstaltungen und Informationen an der Pinwand beachten!**

FTZ-EigenSinn, Tagesstätte Tel.: 089/129 62 23  
Schleißheimer Straße 22a, 80333 München, Büro 089/550 52 781