
Inhaltsverzeichnis

Angebote am Wohnort	2
Samtgemeinde Ahlden	2
Stadt Bad Fallingbommel	3
Gemeinde Bispingen	3
Stadt Munster	4
Gemeinde Neuenkirchen	5
Rathaus in der Gemeinde Neuenkirchen	5
Gemeindefreier Bezirk Osterheide	5
Samtgemeinde Rethem	6
Rathaus in der Samtgemeinde Rethem	6
Stadt Schneverdingen	6
Samtgemeinde Schwarmstedt	6
Rathaus in der Samtgemeinde Schwarmstedt	7
Stadt Soltau	7
Rathaus in der Stadt Soltau	7
Angebote in der Stadt Soltau	8
Ansprechpersonen der Stadt Soltau	8
Schulen und Kindergärten in der Stadt Soltau	9
Hilfe in der Stadt Soltau	9
Einkaufen in der Stadt Soltau	10
Sportmöglichkeiten in der Stadt Soltau	11
Ärzte in der Stadt Soltau	11
Stadt Walsrode	11
Rathaus der Stadt Walsrode	11
Angebote in Walsrode	12
Schulen und Kindergärten in der Stadt Walsrode	13
Ansprechpersonen in der Stadt Walsrode	13
Gemeinde Wietzenhagen	14
Rathaus in der Gemeinde Wietzenhagen	14

Angebote am Wohnort

Samtgemeinde Ahlden

Zur Samtgemeinde Ahlden gehören die Gemeinden Hodenhagen, Flecken Ahlden (Aller), Eickeloh, Grethem und Hademstorf.

Rathaus der Samtgemeinde Ahlden

 [Bahnhofstraße 30, 29693 Hodenhagen](#)



[+49 \(0\) 51649707712](tel:+49051649707712)



samtgemeinde@ahlden.eu

 https://www.ahlden.info/sg_ahlden/de/

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 08:30 Uhr - 12:30 Uhr

Montag und Dienstag: 14:00 Uhr - 15:00 Uhr

Donnerstags: 14:00 Uhr - 18:00 Uhr

Kontaktdaten des Sozialamtes:

 +49 (0) 51649707720

 @sozialamt-samtgemeinde@ahlden.eu



Frau Leseberg



Frau Hemme



Frau Orban



Frau Lüdecke



Frau Wolkenhauer

Telefonische Sprechzeit:

Montag – Freitag: 8.30 – 12.30 Uhr

Donnerstag: 14.00 – 18.00 Uhr

Offene Sprechzeit:

Dienstag und Donnerstag: 8.30 – 12.30 Uhr

Stadt Bad Fallingbostal

Die Stadt Bad Fallingbostal und die Ortschaften Dorfmark, Jettebruch, Mengebostal, Riepe und Vierde liegen etwa in der Mitte des Landkreises Heidekreis. Sie gehört zum südlichen Teil der Lüneburger Heide am Rande der "Hohen Heidmark". Ausgedehnte Wälder, Äcker und Wiesen prägen das Landschaftsbild, das seinen besonderen Reiz durch den Heidefluss, die Böhme, erhält. Die flachhügelige Landschaft und die vielfältigen Einrichtungen geben Bad Fallingbostal einen hohen Freizeitwert.

Rathaus Bad Fallingbostal

📍 [Vogteistraße 1, 29683 Bad Fallingbostal](#)



[+49 \(0\) 51624010](tel:+49051624010)

@stadt@badfallingbostal.de



<https://www.badfallingbostal.de/>

🕒 Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 9:00 bis 12:00 Uhr

Dienstag Nachmittag: 15:00 bis 16:30 Uhr

Donnerstag Nachmittag: 15:00 bis 18:00 Uhr

Städtische Sozialarbeit

📍 [Michelsenstraße 6, 29683 Bad Fallingbostal](#)



[+49 \(0\) 516391891](tel:+490516391891)

@sozialarbeit@badfallingsbotel.de

Gemeinde Bispingen

Herzlich Willkommen in Bispingen

Die Gemeinde besteht aus neun Dörfern. In Bispingen leben ungefähr 6.500 Menschen. Bispingen liegt in der Mitte der Lüneburger Heide. Das Gebiet der Gemeinde ist 128 Quadratkilometer groß.

Das Rathaus der Gemeinde ist im Ort Bispingen.

Im Rathaus können Sie wichtige Dinge erledigen. Sie melden Ihren Wohnsitz an und beantragen einen Ausweis oder Pass.

Dort bekommen Sie auch Geburtsurkunden. Das Rathaus ist der Ort für viele Fragen in der Gemeinde.

Wenn Sie neu in Deutschland sind, hilft das Rathaus bei der Anmeldung.

Sie bekommen dort auch Informationen über die Gemeinde.

Adresse

 [Borsteler Straße 4-6, 29646 Bispingen](#)

 [+49 \(0\) 51943980](tel:+49(0)51943980)

 [@rathaus@bispingen.de](mailto:rathaus@bispingen.de)

 <https://gemeinde.bispingen.de/>

Servicezeiten

Montag bis Freitag: 08:30 bis 12:00 Uhr

Montag bis Donnerstag: 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Ein Besuch im Rathaus ist nur möglich, wenn Sie vorher einen Termin machen.

Sie können jederzeit - auch kurzfristig - einen Termin mit uns absprechen.

Nach Vereinbarung sind wir auch außerhalb der normalen Öffnungszeiten für Sie da.

 [Termin vereinbaren](#)

Ansprechperson Integration

Annegret Albers

 [Borsteler Straße 4-6, 29646 Bispingen](#)

 [+49 \(0\) 519439834](tel:+49(0)519439834)

 [@a.albers@bispingen.de](mailto:a.albers@bispingen.de)

Stadt Munster

Stadt Munster

 [Heinrich-Peters-Platz 1, 29633 Munster](#)

 [+49 \(0\) 51921300](tel:+49(0)51921300)

 [@stadtverwaltung@munster.de](mailto:stadtverwaltung@munster.de)

 [@https://www.munster.de/home.aspx](https://www.munster.de/home.aspx)

 Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag: 08:30 bis 12:00 Uhr

Freitag 08:30 bis 13:00 Uhr

Montag, Dienstag und Donnerstag: 14:00 bis 16:30 Uhr

Integrationsarbeit im Stadtgebiet der Stadt Munster

Ihre Ansprechpersonen zu allen Themen der städtischen Integrationsarbeit finden Sie im Bürgerhaus Munster

📍 Veestherrnweg 12, 29633 Munster

☎ [+49 \(0\) 51921303305](tel:+4951921303305)

@ buergerhaus@munster.de

🌐 [Bürgerhaus Munster](#)

Gemeinde Neuenkirchen

Rathaus in der Gemeinde Neuenkirchen

Die Gemeinde Neuenkirchen mit ihren zehn Ortschaften hat viel zu bieten. Eine gute Infrastruktur und eine schöne und abwechslungsreiche Landschaft. Es gibt vielfältige Möglichkeiten der Kinderbetreuung sowie eine Grundschule und eine Oberschule.

Gemeinde Neuenkirchen

📍 [Hauptstr. 1/3, 29643 Neuenkirchen](#)

☎ [+49 \(0\) 51959400](tel:+4951959400)

@

rathaus@dasneuenkirchen.de

🌐 <https://www.dasneuenkirchen.de/de/>

🕒 Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 08:30 - 12:00 Uhr

Donnerstag nachmittag: 14:00 - 18:00 Uhr

Gemeindefreier Bezirk Osterheide

Gemeindefreier Bezirk Osterheide

Der Gemeindefreie Bezirk Osterheide umfasst den Westteil des Truppenübungsplatzes Bergen und ist 17.853 ha groß. In seinen Ortsteilen Oerbke, Wense und Ostenholz leben zur Zeit ca. 650 Einwohner.

📍 [Gillweg 7, 29683 Oerbke](#)

☎ [+49 \(0\) 516296020](tel:+49516296020)

@ info@osterheide.de

🌐 <https://osterheide.bundesimmobilien.de/>

🕒 Öffnungszeiten: Nach Vereinbarung

Samtgemeinde Rethem

Rathaus in der Samtgemeinde Rethem

Die Stadt Rethem (Aller) besteht aus den Ortschaften Stöcken, Wohldorf, Rethem-Moor sowie dem eigentlichen Stadtgebiet Rethem (Aller). Der repräsentative Vertreter der Stadt Rethem (Aller) ist Bürgermeister Frank Leverenz.

In der Stadt Rethem (Aller) leben 2.405 Einwohnerinnen und Einwohner. Die Fläche der Stadt Rethem (Aller) beträgt 33,76 qkm.

Die Stadt Rethem (Aller) unterhält eine Partnerschaft mit der polnischen Gemeinde Kolczglowy (Alt Kolziglow).

Samtgemeinde Rethem

📍 [Lange Straße 4, 27336 Rethem](#)

☎ [+49 \(0\) 516598980](#)

@ rathaus@rethem.de



<https://www.rethem.de/>

🕒 **Öffnungszeiten:**

Montag bis Donnerstag: 08:30 - 12:00 Uhr

Donnerstag nachmittag: 14:00 - 18:00 Uhr

Freitag: 08:00 - 12:00 Uhr

Stadt Schneverdingen

Unsere Stadt ist ein staatlich anerkannter Luftkurort. Sie ist touristisch sehr attraktiv. Die Stadt liegt innerhalb des Naturparks Lüneburger Heide.

Schneverdingen und seine zehn Ortschaften sind von einer reizvollen Landschaft umgeben. Es gibt viele Vereine und Verbände in der Stadt. Sie prägen das kulturelle Leben vor Ort.

Stadt Schneverdingen:

📍 [Schulstraße 3, 29640 Schneverdingen](#)

☎ [+49 \(0\) 5193930](#)

@ rathaus@schneverdingen.de

🌐 [Homepage](#)

Angebote für Jugendliche im Zentrum der Jugend finden Sie hier:

🌐 www.fzbee.de

Samtgemeinde Schwarmstedt

Rathaus in der Samtgemeinde Schwarmstedt

Zur Samtgemeinde Schwarmstedt gehören die Ortschaften: Bothmer, Grindau, Buchholz, Marklendorf, Engehausen, Essel, Ostenholzer Moor, Gilten, Suderbruch, Norddrebber, Nienhagen, Stillenhöfen, Lindwedel, Hope, Schwarmstedt. Auf einer Fläche von 140,9 qkm leben 12.545 Einwohner.

Samtgemeinde Schwarmstedt

📍 [Am Markt 1, 29690 Schwarmstedt](#)

☎ [+49 \(0\) 50718090](#)

@ rathaus@schwarmstedt.de

🌐 <https://www.schwarmstedt.de/>

🕒 Sprechzeiten

Montag, Mittwoch und Freitag: 8:30 bis 14:00 Uhr

Dienstag und Donnerstag: 8:30 bis 12:00 Uhr und 13:00 bis 18:30 Uhr

Ein Besuch im Rathaus ist nur möglich, wenn Sie vorher einen Termin machen. Sie können jederzeit einen Termin mit uns absprechen. Nach Vereinbarung sind wir auch außerhalb der normalen Öffnungszeiten für Sie da.

Stadt Soltau

Rathaus in der Stadt Soltau

Die Stadt Soltau in der Lüneburger Heide liegt in der Mitte der Ballungszentren Hamburg, Bremen und Hannover. Mit ca. 23.000 Einwohnern ist Soltau die zweitgrößte Stadt im Heidekreis und staatlich anerkannter Luftkurort mit Solekurbetrieb.

Stadt Soltau

📍 [Poststr. 12, 29614 Soltau](#)

☎ [+49 \(0\) 5191820](#)

@ info@stadt-soltau.de

🌐 www.soltau.de

🕒 Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 8:00 bis 12:00 Uhr

Donnerstag Nachmittag: 14:00 bis 18:00 Uhr

Integrationsarbeit in der Stadt Soltau

Das sind Ihre Ansprechpartnerinnen zu allen Themen der städtischen Integrationsarbeit:

👤 Soziale Hilfen

☎ [+49 \(0\) 519182500](#)

@ soziales@stadt-soltau.de

Angebote in der Stadt Soltau

Die Stadt Soltau bietet viele Angebote für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte. Diese Angebote helfen bei der Integration, also beim Ankommen in Deutschland und im Heidekreis.

WOCHENMARKT

Hier kann man frisches Obst und Gemüse, Fleisch, Käse, Eier, Pflanzen und Honig kaufen. Jeden Mittwoch und Samstag von 7 bis 13 Uhr in der Marktstraße

BÜCHEREI

Bibliothek Waldmühle

📍 Mühlenweg 4, 29614 Soltau

🌐 bibliothek-waldmühle.de

✉ @bibliothek@stadt-soltau.de

☎ [+49 \(0\) 5191 - 5005](tel:+49(0)5191-5005)

JUGEND UND KULTUR

YouZe Soltau

📍 Scheibenstraße 12, 29614 Soltau

🌐 www.youze-soltau.de

✉ @youze@generationz.online

☎ [05191 - 144 46](tel:05191-14446)

☎ [0151 - 72 50 57 41](tel:0151-72505741)

FREIZEITANGEBOTE

Informationen zu Ausflugszielen und Freizeitideen in der Region für die ganze Familie finden Sie hier:

SOLTAU-TOURISTIK

📍 Am Alten Stadtgraben 3, 29614 Soltau

🌐 www.soltau-touristik.de

☎ [05191 828282](tel:05191828282)

Weitere Veranstaltungen finden Sie auch auf der Homepage der Stadt Soltau.

Ansprechpersonen der Stadt Soltau

In der Stadt Soltau gibt es viele Angebote zur Unterstützung. Hier sehen Sie, wer Ihnen helfen kann und wo Sie Unterstützung bekommen.

Sozialarbeiter

👤 Paul Küker
📍 Poststraße 12, 29614 Soltau
✉ [@paul.küker@stadt-soltau.de](mailto:paul.küker@stadt-soltau.de)
☎ [+49 \(0\) 5191-82-523](tel:+49(0)5191-82-523)

Soziale Hilfen

👤 Stadt Soltau
📍 Poststraße 12, 29614 Soltau
✉ [@soziales@stadt-soltau.de](mailto:soziales@stadt-soltau.de)
☎ [+49 \(0\) 5191-82-500](tel:+49(0)5191-82-500)

Beratung für Migration

👤 Diakonisches Werk Soltau
📍 Rühberg 7, 29614 Soltau
☎ [+49 \(0\) 5161-989734](tel:+49(0)5161-989734)
☎ [+49 \(0\) 171 8640733](tel:+49(0)171-8640733)
📅 Termine: Montags nach telefonischer Vereinbarung

Schulen und Kindergärten in der Stadt Soltau

Sie befinden sich in Soltau und suchen eine Schule oder einen Kindergarten für Ihr Kind?
Sie können eine Kita oder Schule in der Nähe finden und sich dort anmelden.
Für Fragen oder für Hilfe steht Ihnen die Stadt Soltau gerne zur Verfügung.
Sie können zur Stadt gehen oder im Internet nach Infos suchen:

In Soltau gibt es:

viele Kindergärten für kleine Kinder
🌐 www.soltau.de - Kindergärten

viele Schulen für größere Kinder
🌐 www.soltau.de - Schulen

Hilfe in der Stadt Soltau

Sie benötigen Hilfe bei der Suche nach einer Wohnung oder haben Suchtprobleme?
Hier kann Ihnen geholfen werden.

Wohnungssuche

👤 Wohnen und Leben – Beratungsstelle
📍 Karl-Baurichter-Straße 6, 29614 Soltau
☎ [+49 \(0\) 5191 15875](tel:+490519115875)
✉ beratungsstelle.soltau@lebensraum-diakonie.de
🌐 www.lebensraum-diakonie.de
🕒 **Sprechzeiten:**
Mo., Mi. + Fr. 9:00 bis 11:00 Uhr
Di. + Do. 13:30 bis 15:30 Uhr
Sowie nach Vereinbarung

Suchthilfe

👤 Die Neue Basis e.V.
📍 Treffpunkt: Donnerstag von 18.30 bis 20.30 Uhr
Gemeindehaus der Lutherkirche
Eingang Freudentahlstraße, 29614 Soltau
☎ [+49 \(0\) 5191 3874481](tel:+49051913874481)
✉ uwestange1959@outlook.de

Einkaufen in der Stadt Soltau

Sie brauchen Kleidung oder Möbel?
In Soltau gibt es einige Möglichkeiten wo Sie diese günstig kaufen können.

👤 Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Soltau e.V.

📍 Unter den Linden 21, 29614 Soltau
✉ DKSB-soltau@gmx.de
🌐 www.Kinderschutzbund.de

👤 Minerva Gebrauchtwarenzentrum

📍 Visselhöveder Straße 2b, 29614 Soltau
☎ [+49 \(0\) 5191 96710](tel:+490519196710)
✉ minerva@heidewerk.com
🌐 www.heidewerk.vom
🕒 **Öffnungszeiten:**
Di. + Fr. 9:00 bis 11:30 Uhr
Mi. + Do. 9:00 bis 15:30 Uhr

👤 Deutsches Rotes Kreuz

📍 Celler Straße 9, 29614 Soltau
☎ [+49 \(0\) 5191 8370085](tel:+49051918370085)
✉ info@drk-kvsoltau.de
🌐 www.drk-kvsoltau.de
🕒 **Öffnungszeiten:**
Mo.-Fr. 10 bis 13:00 Uhr und 15:00 bis 18:00 Uhr
Jeden ersten Samstag im Monat 10:00 bis 13:00 Uhr

Sportmöglichkeiten in der Stadt Soltau

Möchten Sie Sport machen?

Ein Sportverein ist eine gute und günstige Möglichkeit.

Im Sportverein können Sie:

neue Leute kennenlernen
zusammen Sport machen
aus vielen Sportarten wählen
Zum Beispiel gibt es oft:

Fußball

Volleyball

Gymnastik

Schwimmen

Yoga

Leichtathletik

Tischtennis

und mehr

Wenn Sie mitmachen möchten, müssen Sie Mitglied im Verein werden.

Das kostet nur wenig Geld.

www.soltau.de - Sportvereine

Ärzte in der Stadt Soltau

In Soltau gibt es eine sehr gute ärztliche Versorgung.

Sie benötigen hilfe einen Arzt zu finden?

Hier finden Sie eine große Übersicht:

[Ärzte in Soltau](#)

💡 Wichtig: Sie sind noch im Asylverfahren? Sie sind krank? Sie müssen eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen?

Dann erhalten Sie vom Sozialamt an Ihrem Wohnort einen Schein für die Behandlung.

Mit diesem ist der Arztbesuch für Sie kostenlos.

Weitere Informationen über die ärztliche Versorgung finden sie [hier](#).

Stadt Walsrode

Rathaus der Stadt Walsrode

Walsrode ist bevölkerungsmäßig die größte Stadt im Heidekreis mit circa 30.100 Einwohnern und insgesamt 30 Ortschaften.

Rathaus Walsrode

 [Lange Str. 22, 29664 Walsrode](#)

 [+49 \(0\) 51619770](tel:+49(0)51619770)

 @stadt@walsrode.de

 <https://www.stadt-walsrode.de/>

 **Öffnungszeiten:**

Montag bis Freitag: 09:00 - 13:00 Uhr

Rathaus Bomlitz

 [Schulstraße 4, 29699 Walsrode](#)



[+49 \(0\) 51619770](tel:+49(0)51619770)

 @stadt@walsrode.de

 <https://www.stadt-walsrode.de/>

 **Öffnungszeiten:**

Montag bis Freitag: 09:00 - 13:00 Uhr

Angebote in Walsrode

Die Städte Walsrode und Bomlitz bietet viele Angebote für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte.

Diese Angebote helfen bei der Integration, also beim Ankommen in Deutschland und im Heidekreis.

WOCHENMARKT

Einmal in der Woche findet in der Stadt Walsrode der Wochenmarkt statt. Dort kann man frisches Obst und Gemüse, Fleisch, Käse, Eier, Pflanzen und Honig kaufen.

 [Kleiner Graben 12, 29664 Walsrode](#)

 Freitags, von 7 bis 12:30 Uhr

BÜCHEREIEN

Stadtbücherei in Walsrode

 [Robert-Koch-Straße 1, 29664 Walsrode](#)

 @stadtbuecherei-walsrode@walsrode.net

 [+49 \(0\) 5161609752](tel:+49(0)5161609752)

 <https://www.stadt-walsrode.de/stadtb%C3%BCcherei>

Bücherei in Bomlitz

 [August-Wolff-Str. 3, 29699 Bomlitz](#)

 [@stadtbuecherei-bomlitz@walsrode.net](mailto:stadtbuecherei-bomlitz@walsrode.net)

 [+49 \(0\) 51614810050](tel:+49(0)51614810050)

 <https://www.stadt-walsrode.de/stadtb%C3%BCcherei>

JUGEND UND KULTUR

"mittendrin" | Kulturzentrum in Walsrode

 [Moorstraße 89, 29664 Walsrode](#)

 [@info@mittendrin-walsrode.de](mailto:info@mittendrin-walsrode.de)

 [+49 \(0\) 51612664](tel:+49(0)51612664)

FREIZEITANGEBOTE

Informationen zu Ausflugszielen und Freizeitideen in der Region für die ganze Familie finden Sie [hier](#).

Weitere Veranstaltungen finden Sie auch auf der [Homepage](#) der Stadt Walsrode.

Schulen und Kindergärten in der Stadt Walsrode

- Hier finden Sie Schulen in der Stadt Walsrode:

[Schulen in Walsrode](#)

- Hier finden Sie Möglichkeiten der Kinderbetreuung in Kindertagesstätten der Stadt Walsrode:

[Kinderbetreuung in Walsrode](#)

Ansprechpersonen in der Stadt Walsrode

In der Stadt Walsrode gibt es zahlreiche Unterstützungsangebote. Bitte nehmen Sie Kontakt auf, wenn Sie Hilfe benötigen oder Fragen haben.

Hier finden Sie Stellen und Ansprechpersonen, die Ihnen weiterhelfen können:

Sind Sie neu in Deutschland?

Priska Wethkamp | Integrationsbeauftragte

📍 [Lange Str. 22, 29664 Walsrode](#)

✉ @integration@walsrode.de

☎ [+495161977194](tel:+495161977194)

🌐 <https://www.stadt-walsrode.de/>

Brauchen Sie Unterstützung bei Anträgen der Behörde?

Cristine Idrizaj | Sozialarbeit Walsrode

📍 [August-Wolff-Str. 3, 29699 Walsrode](#)

✉ @idrizaj@walsrode.net

☎ [+49 \(0\) 5161949997](tel:+49(0)5161949997)

Weitere Möglichkeiten für eine Beratung in Walsrode finden Sie hier: [Offene Sprechstunde in Walsrode.pdf](#)

Möchten Sie Sozialleistungen beantragen?

Sozialbüro | Amt für soziale Angelegenheiten

📍 [Lange Str. 22, 29664 Walsrode](#)

✉ @sozialamt@walsrode.de

☎ [+49 \(0\) 5161977209](tel:+49(0)5161977209)

Gemeinde Wietzendorf

Rathaus in der Gemeinde Wietzendorf

Die Einheitsgemeinde Wietzendorf besteht aus den sechs Ortschaften Bockel, Marbostel, Meinholz, Reddingen, Suroide und Wietzendorf. In Wietzendorf leben etwas mehr als 4.000 Einwohner. Viele junge Familien haben Wietzendorf als attraktives Wohnumfeld erkannt.

Wietzendorf ist weit über die Ortsgrenzen hinaus bekannt als das "Honigdorf". Mit über 100 Imkern und dem traditionsreichen Wietzendorfer Honigfest ist die Imkerei mit ihren leckeren Erzeugnissen in aller Munde.

Kontaktdaten

 [Hauptstraße 12, 29649 Wietzendorf](#)
 Herr Stockhausen
 [+49 \(0\) 5196978129](tel:+49(0)5196978129)
 [@soenke.stockhausen@wietzendorf.de](mailto:soenke.stockhausen@wietzendorf.de)
 <https://www.wietzendorf.de>

Öffnungszeiten

Rathaus

Montag 8:00 bis 12:00 Uhr
Dienstag 8:00 bis 12:00 Uhr
Mittwoch 8:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstag 10:00 bis 12:00 Uhr
 16:00 bis 18:00 Uhr
Freitag 8:00 bis 12:00 Uhr

Sozialamt

Montag 8:00 bis 12:00 Uhr
Mittwoch 8:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstag 16:00 bis 18:00 Uhr
Freitag 8:00 bis 12:00 Uhr