



Veranstaltungen der Kontakt – und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen im Haus der Begegnung 2019

28. März 2019

Donnerstag, 17.00 Uhr

Unsere Seele – Urkraft des Lebens

„Angst, Trauer, Wut, wohin mit meinen
(un)geliebten Gefühlen“

09. April 2019

Dienstag, 14.00 Uhr

Veranstaltung für „Pfleger Angehörige

„Schmerzen? Was kann ich tun?“

10. April 2019

Mittwoch, 18.00 Uhr

**Erfahrungsaustausch der Sucht
Selbsthilfegruppen**

11. April 2019

Donnerstag, 17.30 Uhr

Supervision

Krisen effektiv bewältigen, Unterstützung bei der
Lösung von Konflikten

13. April 2019

Samstag, 10.00 bis 13.00 Uhr

Kräuter im Jahreslauf

Kräuter in ihrer praktischen Anwendung

Für die Ernährung als auch für heilende Aspekte

25. April 2019

Donnerstag, 17.00 Uhr

Unsere Seele – Urkraft des Lebens

„Gesundes schnelles Mittagessen im Büro und
unterwegs“

10. Mai 2019

Freitag, 10.00 Uhr

Frühjahrsputz im HdB

14. Mai 2019

Dienstag, 14.00 Uhr

Veranstaltung für „Pfleger Angehörige“

„Tai - chi – Übungen zur Entspannung und
Selbstwahrnehmung“

23. Mai 2019

Donnerstag, 17.00 Uhr

Unsere Seele – Urkraft des Lebens

„Ich habe keine Zeit – Umgang mit Grenzen und
Überforderung“

23. Mai 2019

Donnerstag, 12.00 bis 13.00 Uhr

Tai - chi

Tai – chi wird in der TCM zur Gesundheitsförderung
-und Erhaltung eingesetzt. Die Übungen sollen die
Selbstheilungskräfte aktivieren

06. Juni 2019

Donnerstag, 12.00 bis 13.00 Uhr

Tai - chi

Tai – chi wird in der TCM zur Gesundheitsförderung
-und Erhaltung eingesetzt. Die Übungen sollen die
Selbstheilungskräfte aktivieren



13. Juni 2019

Donnerstag, 12.00 bis 13.00 Uhr

Tai - chi

Tai – chi wird in der TCM zur Gesundheitsförderung -und Erhaltung eingesetzt. Die Übungen sollen die Selbstheilungskräfte aktivieren

15. Juni 2019

Samstag, 10.00 bis 13.00 Uhr

Kräuter im Jahreslauf

Kräuter in ihrer praktischen Anwendung
Für die Ernährung als auch für heilende Aspekte

18. Juni 2019

Dienstag, 16.00 Uhr

**Sommerfest „Haus der Begegnung“
für alle Mitglieder aus den SHG und Vereinen
Pflegerische Angehörige und JUSEFFO**

20. Juni 2019

Donnerstag, 10.00 Uhr

**Helfende Hände- Älter werden in
Frankfurt (Oder)**

**Selbsthilfetag der SHG und Vereine,
Pflegerische Angehörige und JUSEFFO**

20. Juni 2019

Donnerstag, 12.00 bis 13.00 Uhr

Tai-chi

Tai – chi wird in der TCM zur Gesundheitsförderung -und Erhaltung eingesetzt. Die Übungen sollen die Selbstheilungskräfte aktivieren

27. Juni 2019

Donnerstag, 12.00 bis 13.00 Uhr

Tai-chi

Tai – chi wird in der TCM zur Gesundheitsförderung -und Erhaltung eingesetzt. Die Übungen sollen die Selbstheilungskräfte aktivieren

27. Juni 2019

Donnerstag, 17.00 Uhr

Unsere Seele – Urkraft des Lebens

„Aggressionsabbau, aber wie?“

17. August 2019

Samstag, 10-15.00 Uhr

Tag der offenen Tür im Klinikum

24. September 2019

Dienstag, 14.00 Uhr

Veranstaltung für „Pflegerische Angehörige“

„Pflegerische und krankheitslindernde Salben schnell selbst gemacht

17. September 2019

Dienstag, 14.00 Uhr

Tango-Workshop

mit Augusto SALVO GONZALEZ

19. September 2019

Donnerstag, 17.00 Uhr

JUSEFFO

Lagerfeuer

21. September 2019

Samstag, 10.00 bis 13.00 Uhr

Kräuter im Jahreslauf

Kräuter in ihrer praktischen Anwendung
Für die Ernährung als auch für heilende Aspekte



26. September 2019
Donnerstag, 17.00 Uhr

Unsere Seele – Urkraft des Lebens
„Du bist, was Du isst!“

08. Oktober 20 19
Dienstag, 14.00 Uhr

Veranstaltung für „Pfleger Angehörige“
„Neue Betreuungs- und Wohnformen in der Stadt“

10. Oktober 2019
Donnerstag, 18.00 Uhr

Supervision
Krisen effektiv bewältigen, Unterstützung bei der
Lösung von Konflikten

17. Oktober 2019
Donnerstag, 16.00 Uhr

**Sprechertreffen der Selbsthilfegruppe
und Vereine**

24. Oktober 2019
Donnerstag, 17.00 Uhr

Unsere Seele – Urkraft des Lebens
„Achtsamkeit“

12. November 2019
Dienstag, 14.00 Uhr

Veranstaltung für „Pfleger Angehörige“
„Naschen ohne Reue, leckere und gesunde Pralinen
schnell selbst gemacht“

28. November 2019
Donnerstag, 17.00 Uhr

Unsere Seele – Urkraft des Lebens
„Stress!!! Was macht es mit mir, wie gehe ich damit
um?“

30. November 2019
Samstag, 10.00 Uhr

Kräuterjahreslauf
Kräuter in ihrer praktischen Anwendung
Für die Ernährung als auch für heilende Aspekte

13. Dezember 2019
Freitag, 14.00 Uhr

28. Geburtstag Haus der Begegnung
für alle Mitglieder aus den SHG und Vereinen.
Pfleger Angehörige und **JUSEFFO**