



16.9. 2025 Dank an Gruppenleiter der SHG
13 bis 16:30 Uhr

Im Rahmen des Bundesweiten Selbsthilfetages lädt die KISS Pirna, in Zusammenarbeit mit Fr. Kaps (Tumorberatung/LRA Pirna) und Fr. Ludwig, die Gruppenleiter der SHG im LK SOE zu einem „Danke-Nachmittag“ ein. Bei Kaffee, Kuchen und einem entspannten Austausch miteinander, wird besonders das Engagement gewürdigt.

KISS Pirna/LRA Pirna

10.10. 2025 Psychisch fit in die Zukunft
15 bis 17 Uhr

Alles wird schnelllebiger, kälter oder einfach wertfreier. Menschen, mit psychischen Problemen oder einfach einem stark betonten Gefühlsnetz bleiben da oft auf der Strecke. Sich nicht ausgrenzen, psychisch fit werden und bleiben, wird in diesem Workshop anlässlich des „Tages der seelischen Gesundheit“ erklärt.

Referentin: Dorit Kolodzej

23.9. 2025 Regionaltreffen der SHG-Leiter
15 bis 17 Uhr

Neuigkeiten zu Fördermitteln und Informationen.

Dippoldiswalde/Reichskrone
Fr. Nöckel

7.10. 2025 Regionaltreffen der SHG-Leiter
15 bis 17 Uhr

Neuigkeiten zu Fördermitteln und Informationen.

Neustadt/ASB
Fr. Nöckel

21.10. 2025 Regionaltreffen der SHG-Leiter
15 bis 17 Uhr

Neuigkeiten zu Fördermitteln und Informationen.

Freital/Kobü
Fr. Nöckel

6.11. 2025 Regionaltreffen der SHG-Leiter
15 bis 17 Uhr

Neuigkeiten zu Fördermitteln und Informationen.

Pirna/KISS
Fr. Nöckel

Die Veranstaltungen sind kostenfrei und finden, bis auf die Regionaltreffen, alle in der KISS Pirna statt.

Wir bitten um Anmeldung. Die Leiter der SHG erhalten gesondert eine persönliche Einladung.

KISS Pirna
Jana Nöckel
Schillerstraße 35 | 01796 Pirna
03501 58.27.13

Veranstaltungen 2025





Woche der Selbsthilfe vom 1. September bis 5. September 2025

1.9. Eröffnung Bibliothek 2025 9:30 Uhr in der KISS Pirna

Ab heute steht den Selbsthilfegruppen eine kleine Auswahl an Fachbüchern und interessanter Literatur zu verschiedenen Themen, wie z.B. Demenz, Achtsamkeit, Psyche, Aktivierung, Selbsthilfegruppen und mehr zur Verfügung. Zudem können auch DVDs oder andere wissenswerte Objekte ausgewählt werden.

Bei Interesse, einfach bei der KISS Pirna anfragen. Das Angebot wird regelmäßig ausgetauscht und erweitert.

1.9. Dentosophie & Bewegungsapparat 2025 15:30 bis 17 Uhr

Zahngesundheit im Zusammenhang mit Verspannungen und Haltungproblemen ist längst ein Thema. Dentosophie behandelt genau diese Problematik. Hierbei wird nicht nur der Mundraum untersucht, sondern ebenfalls die Zusammenhänge des kompletten Körpers. Näheres am Infonachmittag.

Referenten: Familie Heinelt

2.9. Meine Gesundheit 2025 15:30 bis 17 Uhr

Sich selbst wichtig sein, Kraft tanken, auf sich achten. In Zeiten wie diesen, wird es immer wichtiger, seinen eigenen Körper und Geist zu pflegen, ihm Gutes zu tun. Doch wie kann ich das am Besten? Was tut mir gut und wie kann ich umsetzen? Bitte festes Schuhwerk einplanen!

Referent: Ralph Böttrich/Mediator

3.9. „Bewegende Geschichten“ 2025 14:30 bis 15:30 Uhr

Fit über den Tag, heißt fit durchs Leben. Mit humorvollen Geschichten bringen wir den Körper in Wallung. In gemeinsamer Runde macht Bewegung doppelt Spaß. Übungen für Menschen von 9 bis 99 (natürlich auch 100). Es sind keine Sportsachen nötig, dafür jedoch gute Laune.

Turnleiter: Fr. Nöckel/Fr. Jedermann

4.9. Demenz & Angehörige 2025 15:30 bis 17:30 Uhr

Demenz ist inzwischen weit in unseren Alltag eingebunden. Selbst betroffen oder im Umkreis erleben wir, wie Menschen sich verändern. Wie schaffen das direkte Angehörige? Wie gehen Sie damit um und was können sie tun, um nicht selbst dabei verloren zu gehen? Infonachmittag.

Referentin: Eva Helms/Demenzberaterin

5.9. Kreatives Gestalten 2025 9 bis 12 Uhr

Farben und Accessoires bereichern unser Leben in jeglicher Form. Sie zeigen uns Stimmungen, kleiden uns und bringen Energie. Was man damit alles tun kann, wird in diesem Workshop gezeigt. Lassen sie sich überraschen und machen sie mit.

Referentin: Fr. Kaps

5.9. Atmen - aber richtig! 2025 15 bis 16:30 Uhr

Ohne Atmung kein Leben. Doch atmen wir wirklich richtig oder vergessen wir in der hektischen Zeit einfach mal tief Luft zu holen? Wie kann ich auf meine Atmung achten, wie lernen sich auf seine Lungen und das Zwerchfell zu konzentrieren? Antworten im Schnupperkurs.

Referent: Maik Winter/Atemtrainer