

10. OKTOBER

PSYCHISCH FIT IN DIE ZUKUNFT
15 BIS 17 UHR

ALLES WIRD SCHNELLEBIGER, KÄLTER ODER EINFACH WERTFREIER. MENSCHEN MIT PSYCHISCHEN PROBLEMEN ODER 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

6. NOVEMBER

REGIONALTREFFEN PIRNA

NEUIGKEITEN ZU FÖRDERMITTELN UND INFORMATIONEN RUND ZUM THEMA SELBSTHILFEGRUPPEN.

BETRIFFT DIE GRUPPENLEITER DER SHG IN PIRNA. EINLADUNGEN ERFOLGEN GESONDERT.

PIRNA/KISS
FR. JANA NÖCKEL

2025

VERANSTALTUNGEN

13. NOVEMBER

BUCHVORSTELLUNG
„GEFÜHLSSTARK“
16 BIS 17 UHR

SEELISCHE GESUNDHEIT IN REIMFORM.

ÜBER MENSCHLICHE KRISEN, SELBSTFÜRSORGE UND DIE KRAFT DES MITEINANDERS.

AUS DER PERSPEKTIVE EINER ANGEHÖRIGEN, BETROFFENEN UND PSYCHOSOZIALEN FACHKRAFT

REFERENTIN: YASMIN KALAYDOSKOP

28. NOVEMBER

ATMEN - ABER RICHTIG!
15:30 BIS 17 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 DIE LUNGEN UND DAS ZWERCHFELL ZU KONZENTRIEREN? ANTWORTEN IM SCHNUPPERKURS.

REFERENT: MAIK WINTER/ATEMTRAINER

DIE VERANSTALTUNGEN SIND KOSTENFREI UND FINDEN ALLE IN DEN RÄUMEN DER KISS PIRNA STATT.

WIR BITTEN UM VORHERIGE ANMELDUNG.

KISS PIRNA
JANA NÖCKEL
SCHILLERSTRASSE 35
03501 58.27.13

