

Programm

Kontakt- und Beratungszentrum März

MO	3 MÄRZ	15:00 Uhr 18:00 Uhr Pfannkuchen selbst herstellen	MI	5 MÄRZ	15:00 Uhr 18:00 Uhr Offenes Angebot	FR	7 MÄRZ	09:00 - 14:00 Uhr Brunch- Tag der gesunden Ernährung
MO	10 MÄRZ	17:30 - 18:30 Uhr Dialog: Gemeinsam ins Gespräch kommen - Wertschätzung *	MI	12 MÄRZ	15:00 Uhr 16:00 Uhr Karaoke	FR	14 MÄRZ	09:00 Uhr 14:00 Uhr Brunch
MO	17 MÄRZ	15:00 Uhr 17:00 Uhr gemeinsames Kochen	MI	19 MÄRZ	15:00 Uhr 18:00 Uhr Offenes Angebot	FR	21 MÄRZ	09:00 Uhr 14:00 Uhr Brunch
MO	24 MÄRZ	15:00 Uhr 17:00 Uhr Tischtennis	MI	26 MÄRZ	15:00 Uhr 16:00 Uhr Handykurs	FR	28 MÄRZ	09:00 Uhr 14:00 Uhr Brunch
MO	31 MÄRZ	15:00 Uhr 16:00 Uhr Meditatives Malen	<p>* Ein Dialog ist ein offenes Gesprächsformat, in dem Betroffene (z. B. Menschen mit Depressionen, Angststörungen oder anderen psychischen Belastungen), Angehörige (z. B. Partner:innen, Eltern, Freund:innen) und Fachpersonen (z. B. Therapeut:innen, Sozialarbeiter:innen, Pflegekräfte) miteinander ins Gespräch kommen. Hier können Sie Ihre Erfahrungen teilen, einander zuhören und neue Perspektiven gewinnen. In praktischen Übungen können Sie das Thema Wertschätzung erkunden und ausprobieren, wie Sie wertschätzend(er) kommunizieren können.</p>					

