

Unsere Gruppen



„Der Park“

Kontaktgruppe mit Abend-Aktivitäten



„Teestube“ in Hersbruck

„Offene Tür“ in Lauf

„Frauenfrühstück“ in Altdorf

Treffpunkt für Kontakte und Gespräche



„Stammtisch“ in Altdorf

Für Menschen mit Erfahrung mit seelischen Krisen



„Bewegung und Zuversicht“

Laufgruppe in Hersbruck



„Kreistänze für Frauen“

Einfache Schritte, wunderbare Musik, Rhythmen die bewegen und Schwung in den Alltag bringen



„Meditation“

Innere Ruhe und Ausgeglichenheit finden



„Inneres Gleichgewicht“

Stressbewältigung im Alltag



„Ressourcengruppe“

Für Frauen mit Schwierigkeiten in der Bewältigung von Traumafolgen



„Angehörigengruppe“

Erfahrungsaustausch für Angehörige psychisch erkrankter (junger) Menschen



„Stärken stärken“

Lebensziele entwickeln, Krisen bewältigen, Beziehungen gestalten

**Veranstaltungsorte und Termine können unter
Telefonnummer 09151/96 43 40 erfragt werden!**