Jenaer Trialog

THEMEN und TERMINE 2022

Montag, 07. März 2022
Selbstheilung ist machbar.

Montag, 04. April 2022
Strategien zur Krisenbewältigung.

Montag, 02. Mai 2022
Depression – meine Erfahrungen mit der Krankheit.

Montag, 13. Juni 2022
Angst – normales Gefühl oder seelische Störung?

Montag, 04. Juli 2022
Was Betroffene leisten können (z. B. EX-IN...).

Montag, 01. August 2022
Wege in eine sinnstiftende Tätigkeit (z. B. Ehrenamt...).

Montag, 05. September 2022
Struktur – was und wie viel ist gut für mich?

Montag, 10. Oktober 2022
Wie komme ich in die Selbstliebe?

Montag, 07. November 2022
Wunschthema der Teilnehmer

Montag, 05. Dezember 2022
Wunschthema der Teilnehmer

Zu jedem Thema gibt es zu Beginn einen kleinen

IMPULSVORTRAG

(3-10 Minuten)

Die Treffen finden am 1. nicht arbeitsfreien Montag im Monat von 18.00 Uhr - 19.30 Uhr im Volksbad Jena, Knebelstraße 10 ✗ statt.

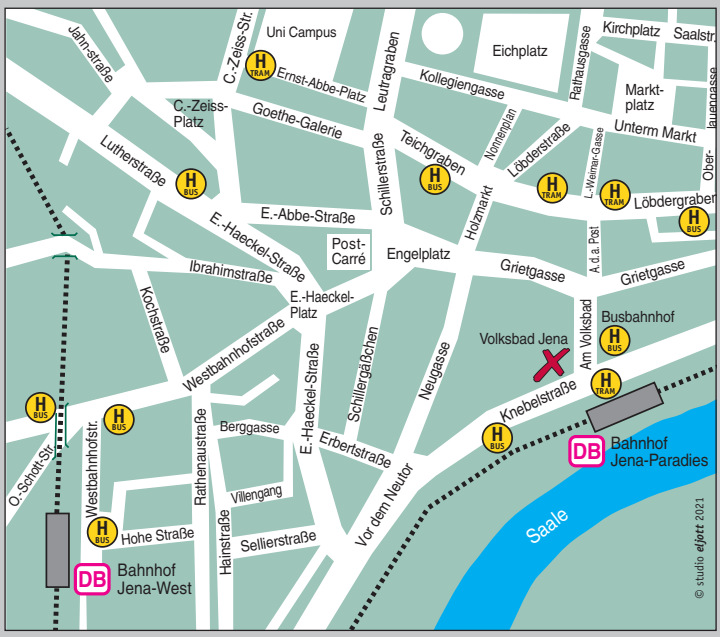
KONTAKT

zum Jenaer Trialog:

Tel.: 0178 3046450 (freitags 10:00 - 12:00 Uhr)

E-Mail: info@trialog-jena.de

www.trialog-jena.de



Mit freundlicher Unterstützung der GKV Gemeinschaftsförderung Thüringen: