

Jahresprogramm 2010

DEUTSCHER ARBEITSKREIS FÜR KONZENTRATIVE BEWEGUNGSTHERAPIE (DAKBT) e.V.



KBT® GRUPPENSELBSTERFAHRUNG Langfristig

ROSEMARIE GÄSSLER UND SABINE ROOS Fortlaufende (halboffene) Selbsterfahrungs- und Therapiegruppe

Diese Gruppe eignet sich als weiterführendes Angebot nach einem Klinikaufenthalt zur weiteren Stabilisierung, Vertiefung und Selbstfürsorge. Dabei wird es um folgende Fragen gehen:

- Was sind sinnvolle Ziele für mich?
- Wie kann ich meine Aktivitäten und Ansprüche angemessen dosieren?
- Wie kann ich mich im Alltag entlasten?
- Wie kann ich meine inneren Kräfte stärken?

Termin:	mittwochs, 18:00 Uhr
Zeit:	120 Min.
Honorar:	€ 30,-
Ort:	Schwabinger Kranken Klinikum Haus 10
Anmeldung an:	Rosemarie Gässler, 82335 Berg und Sabine Roos