



Tag der Selbsthilfe 2022

Rahmenprogramm

- 15:00 Uhr** **Ankommen und Begrüßung**
- 15:20 Uhr** **Grußworte**
von Oberbürgermeisterin Frau Gerlach
- 15:30 Uhr** **Vortrag**
„Profiteure der Selbsthilfe- wem nützt sie?“
von Anke Wellnitz - Diplom Sozialpädagogin
- 16:15 Uhr** **Vortrag und Übungen**
„Selbstfürsorge und Achtsamkeit“
von Anja Gerling - Trainerin für Achtsamkeit und Resilienz
- 17:00 Uhr** **Pause**
- 17:30 Uhr** **Talkrunde**
mit Vertreter*innen der Selbsthilfegruppen
- 18:00 Uhr** **Wanderausstellung und Austausch**
mit den Selbsthilfegruppen sowie
weiteren Aussteller*innen
- 19:00 Uhr** **Ende der Veranstaltung**

