

Termine:

Gruppe „Depression aktiv behandeln“

Donnerstags, Dauer: 50 Minuten, 17:00-17:50 Uhr

7.11.2024, 21.11.2024, 12.12.2024

Gruppe „Besser mit Migräne Leben“

Freitags, 16:00 Uhr, 2 Termine, Dauer: 50 Minuten, 16:00-16:50 Uhr

3 Termine, Dauer: 100 Minuten, 16:00-17:40 Uhr

17.1.2025, 24.1.2025 (Doppelstunde), 31.1.2025 (Doppelstunde), 7.2.2025 (Doppelstunde),
21.2.2025

Gruppe „Selbstfürsorge, Selbstvertrauen“

Dienstags, Dauer: 100 Minuten, 9:00-10:40 Uhr

21.1.2025, 28.1.2025, 4.2.2025, 11.2.2025

Gruppe „Achtsamkeit im Alltag üben“

Montags, Dauer: 100 Minuten, 18:00-19:40 Uhr

25.11.2024 (Doppelstunde), 9.12.2024 (Doppelstunde), 16.12.2024 (Doppelstunde), 6.1.2025
(Doppelstunde)

Gruppe „Mit Clusterkopfschmerz umgehen“

Samstags, 9:30-13:00 Uhr

26.10.2024, 9.11.2024

Gruppe „Allgemeine Schmerzbewältigung“

Dienstags, Dauer: 100 Minuten, 9:00-10:40 Uhr

18.2.2025, 25.2.2025, 11.3.2025, 18.3.2025

Gruppe „Stress effektiv bewältigen“

Montags, Dauer: 100 Minuten, 18:00-19:40 Uhr

13.1.2025, 20.1.2025, 27.1.2025, 10.2.2025