

Termine:

Gruppe „Depression aktiv behandeln“

Dienstags, Dauer: 50 Minuten, 9:00-9:50 Uhr, 8 Probetermine, Verlängerung um 12 Termine im Verlauf möglich

Nächste Gruppe: ab 3.11.2026, 14-tägig

Gruppe „Besser mit Migräne Leben“

4 Termine, Dauer: 100 Minuten

Aktuelle Gruppe: 2.10.2026, 9.10.2026, 23.10.2026, 30.10.2026 (je freitags, um 10 Uhr)

Gruppe „Selbstfürsorge, Selbstvertrauen“

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

Nächste Gruppe: folgt

Gruppe „Achtsamkeit im Alltag üben“

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

Nächste Gruppe: folgt

Gruppe „Mit Clusterkopfschmerz umgehen“

Samstags, 9:30-13:00 Uhr

Nächste Gruppe: folgt

Gruppe „Allgemeine Schmerzbewältigung“

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

Aktuelle Gruppe: 22.9.2026, 29.9.2026, 6.10.2026, 20.10.2026

Gruppe „Stress effektiv bewältigen“

Donnerstags, Dauer: 100 Minuten, 17:15-18:55 Uhr

Nächste Gruppe: 22.10.2026, 5.11.2026, 12.11.2026, 19.11.2026

Schlafgruppe

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

Nächste Gruppe: folgt

Gruppe „Psychosomatische Rehabilitationsnachsorge“

Dienstags, 11:15-12:45 Uhr, 25 Termine, Dauer: 90 Minuten – Gruppe bereits voll

Mittwochs, 10:15-11:45 Uhr, 25 Termine, Dauer: 90 Minuten - Gruppe bereits voll

Donnerstags, 15:15-16:45 Uhr, 25 Termine, Dauer: 90 Minuten - Gruppe bereits voll