

Gruppenangebot – Programm ab 06. August 2026**Treffpunkt SP - immer 15 min. vor Kursbeginn****KBZ Gruppenraum = K7-UO-1030****Treffpunkt SP = Flur Servicepoint/Strahlentherapie K7 – S0****Gr. Gruppenraum = K9- S0-1060**

Datum / Räumlichkeit	Vormittag 09.30-13.00 Uhr mit Prof. Diana Steinmann + KollegenInnen					Frühen Nachmittag mit TherapeutenInnen
Do., 06.08.2026 KBZ Gruppenraum	Gemeinsame Bewegung	Wochenrückblick	Kursablauf, Kennenlernen	Einführung in die Mind-Body-Medizin	Entspannung und Meditation	14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Yoga (Elske Leopold)
Do., 13.08.2026 KBZ Gruppenraum				Ziele mit AROMA		14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Waldbaden (Roswitha Kaiser)
Do., 20.08.2026 KBZ Gruppenraum				Wahrnehmen und Bewerten von Stresssituationen , vier Schritte zur Stressreduktion		14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Happy-Tapping (Britta Schaper)
Do., 27.08.2026 KBZ Gruppenraum				Mediterrane Vollwerternährung		14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Handplastiken (Wolfgang Voigt)
Do., 03.09.2026 KBZ Gruppenraum				Umwandlung von belastenden Glaubenssätzen und negativen Gedanken-ABCD Modell		14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Tanztherapie (Martina Maria Meshesha)
Do., 10.09.2026 KBZ Gruppenraum				Die Stimmen in uns: Vom inneren Kritiker bis Beschützer, das innere Kind.		14:30-16:00 Uhr <u>Atelier im Garten</u> Ausdrucksmalen (Kathrin Bahls)
Do., 17.09.2026 KBZ Gruppenraum				Körperwahrnehmung und bewusstes Fühlen von Gefühlen, Aromatherapie		14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Klangschalenthherapie (Roswitha Kaiser)
Do., 24.09.2026 KBZ Gruppenraum				Üben guter Kommunikation, 4 Ohren Modell		14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Feldenkrais (Stefanie Menzel)
Do., 01.10.2026 KBZ Gruppenraum				Kolleginnen, Freunde, Familie: mein soziales Netz, Projekt „Seite an Seite“		14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Heilsames Erzählen (Sabine Schneider)
Do., 08.10.2026 KBZ Gruppenraum		Resümee		Dank und gute Wünsche		14:30-16:00 Uhr Gr. Gruppenraum K09 Qi-Gong 8 Brokate (Dr. Wen Zheng)