



Kreative Stärkungsgruppe für pflegende Angehörige (Frauengruppe)

Ein kostenfreies Angebot des Netzwerks Kreative Stärkung, mit freundlicher Unterstützung von OT Duerenstrasse e.V. und ISI e.V.

**12 Termine, Freitags 15-17 Uhr
17.04. - 17.07.2026**
(nicht am 01.05. und 26.06.)

Anmeldung bei Andreea Bretan:
bretan@kreativ-stark.de
oder 0228/ 360 384 94

Veranstaltungsort:

Offene Tür Duerenstrasse e.V.
Dürenstr. 2
53173 Bonn – Bad Godesberg
Tel.: 0228/ 933 996 54

Kreative Stärkungsgruppe für pflegende Angehörige: Selbstfürsorge, Stärkung und Austausch

In dieser 12-wöchigen Stärkungsgruppe für Frauen möchten wir den Fokus darauf setzen, wie Sie im Alltag gut auf Ihre Bedürfnisse achten und neue Kraft schöpfen können.

Unterstützt durch Methoden aus der Tanz- und Kunsttherapie entdecken Sie Ihre eigenen Ressourcen und stärken Ihre Selbstfürsorge. Kreative Impulse wecken Freude und eröffnen neue Blickwinkel. Im gemeinsamen Austausch finden Sie Raum zum Gespräch und zum Teilen von Erfahrungen. Übungen zur achtsamen Körperwahrnehmung und Entspannung schenken Ruhe und neue Energie.

Keine Vorkenntnisse in kreativen Methoden erforderlich.

Weitere Informationen und Anmeldung:

Dr. phil. Andreea Bretan
Tanz- und Bewegungstherapeutin
Netzwerk Kreative Stärkung
0228/ 360 384 94
bretan@kreativ-stark.de
www.kreativ-stark.de



INSTITUT
FÜR
SOZIALE
INNOVATIONEN

www.soziale-innovationen.de



Offene Tür
Duerenstrasse e.V.