

BEWUSST DURCH SPÄTSOMMER UND HERBST MIT DER SELBSTHILFEAKADEMIE

27. August 2020 Erstellt von Carolin Schulz



Eine chronische Krankheit führt oft zu einem bewussteren Umgang mit Leben und Tod. Diesen Reflexionsprozess unterstützt die Selbsthilfeakademie Sachsen mit 15 Onlineangeboten und Workshops im Spätsommer und Herbst 2020. Die Angebote finden in verschiedenen Orten in Sachsen für Menschen in Selbsthilfegruppen statt.

Eine chronische Krankheit führt oft zu einem bewussteren Umgang mit Leben und Tod. Hier hilft besonders der Austausch mit anderen Betroffenen, sich selbst mehr zu reflektieren und Erkenntnisse für den weiteren persönlichen Weg zu finden.

Mit der Selbsthilfeakademie Sachsen bieten wir speziell auf die Bedürfnisse von Menschen in Selbsthilfegruppen zugeschnittene Workshops rund um Themen wie Achtsamkeit, Kommunikation und Rollenbilder in der Selbsthilfe an.

Insgesamt finden in diesem Jahr weitere 15 Workshops und Online-Seminare statt. Sichern Sie sich einen Restplatz für unsere Workshops in ganz Sachsen!

Die Angebote richten sich sowohl an Teilnehmer*innen aus Selbsthilfegruppen als auch an Menschen, die Selbsthilfegruppen organisieren und leiten.

Alle Workshops für 2020 finden Sie unter: www.selbsthilfeakademie-sachsen.de

Workshops im August und September 2020

31.08.2020 | Dresden

[Kommunikation und Gruppenkultur](#)

... für ein gesundes Miteinander in der Selbsthilfe

03.09.2020 | Dresden

[Worte allein genügen oftmals nicht](#)

Lebendige Gruppenarbeit durch kreative Methoden

04.09.2020 | Grimma

[Auftanken statt Ausbrennen](#)

Gesunde Abgrenzung in der Selbsthilfe

05.09.2020 | Hoyerswerda

[Auftanken statt Ausbrennen](#)

Gesunde Abgrenzung in der Selbsthilfe

11.09.2020 | Mittweida

[Wer bin ich, und wenn ja, wozu ...?](#)

Klärung von (Leitungs-)Rollen und Funktionen in Selbsthilfegruppen

12.09.2020 Dresden

[Wer bin ich, und wenn ja, wozu ...?](#)

Klärung von (Leitungs-)Rollen und Funktionen in Selbsthilfegruppen

18.09.2020 | Plauen

[Auftanken statt Ausbrennen](#)

Gesunde Abgrenzung in der Selbsthilfe

26.09.2020

[Online-Workshop: Recht und Gesetz in der Selbsthilfe](#)