
Veranstaltungen

November 2018



Kompetenz in Selbsthilfe
Hohenwarter Straße 27 / 2. Stock
85276 Pfaffenhofen
www.quo-vadis-selbsthilfe.de

Mo bis Do 10.00 bis 12.00 Uhr
Tel. (0 8 4 41) 4 98 06 35
quo-vadis-selbsthilfe@t-online.d

In eigener Sache

Beratung & Hilfe – das bieten wir

Mit Gleichgesinnten sprechen, auch außerhalb der Gruppe? Unser **Beratungsangebot** nutzen?

Fahr- und Begleitdienst: Wir fahren und unterstützen gegen geringe Gebühr. Mehr erfahren?

Tel. (0 84 41) 4 98 06 35 oder quo-vadis-selbsthilfe@t-online.de

Unsere Gruppen, Angebote & Dienste stehen auf unserer **Webseite** www.quo-vadis-selbsthilfe.de

Empfehlenswert

Ausflug ins Hopfenmuseum nach Wolnzach

Am Dienstag, den **13. November 2018** von **09:45 – 12:00 Uhr**

Treffpunkt: 09:45 Uhr bei Quo Vadis; **Mitfahrgelegenheit;**

Keine Teilnahmegebühr; Führung; Anmeldung bis 08. November 2018

bei Quo Vadis: 08441/4980635; Weitere Infos auch unter www.quo-vadis-selbsthilfe.de

Wieder da

Meditatives Bogenschießen

Ab November 2018, Dienstags im 4-wöchigen Rhythmus

1. Termin am Dienstag, den 20.11.2018 von 19:00 – 20:30 Uhr.

Mitzubringen sind Decke oder Isomatte, bequeme Kleidung und warme Socken. **Max. 4 Teilnehmer.** Anmeldung erforderlich bei Quo Vadis: 08441/4980635; Weitere Infos auch unter www.quo-vadis-selbsthilfe.de

Termine

Terminänderungen

Neue oder geänderte Termine und Absagen unter www.quo-vadis-selbsthilfe.de

November 2018

Änderungen unter: www.quo-vadis-selbsthilfe.de

Mo - Do	nach Vereinbarung Abendtermin möglich	Beratungsgespräche
Mo - Fr	nach Vereinbarung	Kleine Helfer Fahr- und Besuchsdienst
03.11.18	14.30 – 16.00 Uhr	Gesunder Spaziergang (Treffpunkt Trimmdichpfad Parkplatz Pfaffenhofen)
05.11.18	15.00 – 16.30 Uhr	Gesprächsgruppe Depression und Burn out am Nachmittag
07.11.18	19.00 – 21.00 Uhr	PSG iLm (Psychose Selbsthilfegruppe)
09.11.18	15.00 – 17:00 Uhr	Kreativgruppe
12.11.18	19.00 – 20.30 Uhr	Gesprächsgruppe Depression und Burn out
13.11.18	09.45 – 12.00 Uhr	Ausflug ins Hopfenmuseum nach Wolnzach Treffpunkt bei Quo Vadis (Interessenten bitte vorher anmelden; keine Teilnahmegebühr)
17.11.18	14.30 – 16.00 Uhr	Chi Gong und Sitzen in Stille Bitte unbedingt vorher anfragen, ob ein Platz frei ist!
20.11.18	19.00 – 20.30 Uhr	Meditatives Bogenschießen (Interessenten bitte vorher anmelden, da nur begrenzte Teilnehmerzahl möglich)
23.11.18	15.00 – 17.00 Uhr	Meditatives Tanzen
26.11.18	19.00 – 20.30 Uhr	Gesprächsgruppe Depression und Burn out