



Programm September bis Dezember 2023

Die Veranstaltungen finden, wenn nichts anderes vermerkt ist, in der Mensa des Familienzentrums „Am Mühlbach“, Vogesenstr. 14 a, 77652 Offenburg, statt.

Montag, 18. September 2023, 19:00 Uhr

Gesprächsabend

Bettina, Petra, Susann und Christa werden von der Teilnahme des Senologiekongresses in München vom 6. bis einschl. 8.7.23 (Senologie = Lehre der weiblichen Brust) berichten (Folgen der Aromatasehemmer, Omega 3 usw.)

Donnerstag, 21. September 2023

Ausflug nach Zell a.H. mit Stadtführung

Montag, 16. Oktober 2023, 19:00 Uhr

Naturheilkunde unterstützend bei Brustkrebs

Vortrag mit **Prof. Dr. Roman Huber**, Leiter Uni-Zentrum Naturheilkunde Freiburg

Montag, 13. November 2023, 19:00 Uhr

Jian Kang Dao – Achtsamkeit in der Bewegung

Dr. med. Johannes Sauter, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Lehrer für Taijiquan, Offenburg, wird Einzelübungen mit ruhigen Bewegungen aus dem Qi

Gong und dem Tai Chi zeigen. Diese Übungen helfen dabei, die innere Mitte zu finden, die Wahrnehmung zu fördern, Geist und Körper zu stärken und achtsam zu entspannen.

Die Übungen werden im Stehen praktiziert; können jedoch auch im Sitzen ausgeführt werden.

Montag, 11. Dezember 2013, 18:00 Uhr (geänderte Uhrzeit)

Weihnachtsfeier (in der Mensa – wie voriges Jahr)

Die **Austauschrunden** finden über die Sommerzeit hindurch statt. Die nächsten finden am Donnerstag, 17. August 2023 um 15:00 Uhr im „cafemüller – La Horie“ ,

Rammersweierstr.118, 77654 Offenburg und am 28.

September 2023 um 15:00 Uhr wieder im Cafe „Am

Waldbach“, Weingartenstr. (gegenüber St. Josefsklinik) statt.

Das Leitungsteam