



Gruppe Heidelberg

Unser Programm 2024/2025

- 06.06.24 „Der Krebs als wirtschaftliches Risiko“
Finanzielle Hilfe mit Jürgen Walther
(Sozialarbeiter am NCT Heidelberg) (S)
- 04.07.24 „Rücken und Beckenbereich entspannen“
mit Sabine Kock (Physiotherapeutin) (S)
- 01.08.24 Wanderung zum Kloster Stift Neuburg
- 05.09.24 Gesprächsrunde und Meditation (S)
- 03.10.24 „Tanzreise in den goldenen Oktober“
DanseVita mit Burkhard Lebert
- 07.11.24 Zusammen etwas Gesundes kochen und
gemeinsam essen. (S)
- 12.12.24 Weihnachtsfeier und Vorstellung der
Choreographie „La vida es un camaval“
-
- 09.01.25* „Zeit für schöne Dinge“ -
Wünsche und Vorsätze fürs neue Jahr. (S)
- 06.02.25 „Der Krebs schafft mich“ -
Umgang mit Fatigue mit Burkhard Lebert (S)
- 06.03.25 „me time“ – Entspannung mit Yoga
mit Ana Cogollos (Yoga-Lehrerin)
- 03.04.25 „Tanzreise in den Frühlingszauber“
DanseVita mit Burkhard Lebert
- 08.05.25* Gesprächsrunde beim Basteln

* = Termin wegen Feiertag eine Woche später

(S) = Hier als Abschlussakt: Cool bleiben und Salsa tanzen!

FSH

Landesverband
Baden-Württemberg/Bayern e.V.



Frauenselbsthilfe
Krebs

mutig bunt aktiv

Gruppe Heidelberg

Unsere Treffen

Bei unseren Treffen können Erfahrungen geteilt und mit den Aktivitäten neue Kraft getankt werden.

Treffpunkt am 1. Donnerstag im Monat um 18:00 Uhr
Akademie für Gesundheitsberufe, Gebäude H+,
Wieblinger Weg 17, Heidelberg

PINK PADDLING



Einmal wöchentlich gehen wir zum Pink Paddling auf den Neckar, um Körper und Seele zu stärken.

Im **Sommer** (Mrz-Sep): montags 17:45 – 19:30 Uhr

Im **Winter** (Okt – Feb): jeden 2. Sonntag um 11:00 Uhr

Treffpunkt: WSC Heidelberg, Uferstr. 3, Heidelberg

Bitte anmelden bei:

Jacckeline Pillco Lozano

Tel: 06202/9566126 od. E-Mail: info@warminka.org

Unser Team

Jacckeline Pillco Lozano
Gruppenleitung und
Selbsthilfe-Coach FSH

Burkhard Lebert
06022/7297223 od.
fsh-hd@online.de

Norky Escorche-Kraus
norkye@gmail.com

