

# Aktionen im September 2016

vom [www.netzwerk-depression-braunschweig.de](http://www.netzwerk-depression-braunschweig.de)

## Freitag 09.–Sonntag 11.09.2016

### Die Kulturgruppe des Netzwerkes Depression

plant vom 09. bis 11. September 2016 eine 3-tägige Wanderung auf den alten Pilgerwegen von Helmstedt nach Braunschweig.

*Das Gehen nicht nur Fortbewegung, sondern als Wandern, Spazieren-gehen oder Bergwandern auch Balsam für Körper, Geist und Seele sein kann, ist sich der Mensch erst seit Kurzem bewusst.*

- Anmeldung: Susanne Hiestermann, AMBET e.V.  
Telefon: 0531 2565721 (alle Plätze vergeben)

## 6 Spaziergehgruppen in verschiedenen Stadtteilen

Gliesmarode, Innenstadt, Stadtmitte-Ost, Weststadt, Heidberg, Siegfriedviertel, Lehdorf, Wenden (in Planung)

- Zeiten siehe Extrablatt/Anhang

## 20.09.2016 – Dienstag 17:00 Uhr

### „Braunschweig – vom Dorf zur Großstadt, Bernd Schäfer erzählt Anekdoten aus früherer Zeit“

- Dauer: zwei Stunden
- Start um 17:00 Uhr, Magnikirchplatz • Ende: Burgplatz (nach 6 km)
- Leitung: Herr Bernd Schäfer.

Die Tour ist für RollstuhlfahrerInnen und Menschen mit Gehbehinderung aufgrund des Kopfsteinpflasters an einigen Stellen der historischen Innenstadt nur bedingt geeignet.

- Ihre Anmeldung ist nicht erforderlich.
- Die Veranstaltung ist kostenfrei und findet bei jedem Wetter statt.

## 20.09.2016 – Dienstag 19:30–21:00 Uhr

### „Singen kann Jede“ – Gesangsabend

Mit Spaß und Humor wollen wir die vielleicht noch unbekanntesten Stärken in uns kennenlernen und mit leisen und lauten Tönen unsere Herzen zum Klingen bringen, denn: Singen befreit, bringt Energie, Kraft und Freude und verbindet.

- Ort: Frauenberatungsstelle | Hamburger Str. 239, 38114 Braunschweig
- Wir bitten dringend um vorherige Anmeldung!  
Telefon: 0531 3240490  
E-Mail: [frauenberatungsstelleBS@t-online.de](mailto:frauenberatungsstelleBS@t-online.de)

– Der Abend ist kostenfrei.  
!Die Veranstaltung wendet sich ausdrücklich nur an Frauen!

## 21.09.2016 – Mittwoch 18:00 Uhr

### „Alkoholabhängigkeit und Depressionen – Herausforderung und Chance“

Vortrag von PD Dr. med. Alexander Diehl, Klinikum Braunschweig. M.A. Chefarzt, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Suchtmedizin, Sozialmedizin, Management von Gesundheits- und Sozialeinrichtungen.

- Ort: „Rehnstoben“ Bistro der Lebenshilfe | Kaiserstr. 18, 38100 Braunschweig
- Der Eintritt ist frei.

## 22.09.2016 – Donnerstag 19:00–20:30 Uhr

### „Die mit dem Bauch tanzen...“ – orientalischer Tanzabend

Etwas Neues wagen – einfach aus dem Bauch heraus. Die Grundelemente des orientalischen Tanzes bieten viele Möglichkeiten, die eigene Weiblichkeit (wieder) neu zu entdecken.

Jede kann mitmachen!  
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Socken.

- Ort: Frauenberatungsstelle | Hamburger Str. 239, 38114 Braunschweig
- Wir bitten dringend um vorherige Anmeldung!  
Telefon: 0531 3240490  
E-Mail: [frauenberatungsstelleBS@t-online.de](mailto:frauenberatungsstelleBS@t-online.de)

– Der Abend ist kostenfrei.  
!Die Veranstaltung wendet sich ausdrücklich nur an Frauen!

