

# Aktiv gegen Depressionen

Aktionswochen für Betroffene und Interessierte

Netzwerk Depression Braunschweig

Schirmherr: Oberbürgermeister Dr. Gert Hoffmann



© Christoph Huber

# Aktiv gegen Depression | 25.10.– 9.11.2013

www.netzwerk-depression-braunschweig.de

25.10.13  
19.30 Uhr  
**Benefizkonzert mit Jan Behrens**  
*Special Guest Jürgen Osterloh*  
Schimmel Auswahlzentrum  
Friedrich-Seele Str. 20 | Braunschweig

29.10.13  
19.30 Uhr  
**Aktiv gegen Depression**  
*Vortrag für Betroffene und Interessierte*  
Begegnungszentrum Gliesmarode  
Am Soolanger 1a | Braunschweig

29.10. & 5.11.13  
15.00–16.00 Uhr  
**Einführung in Entspannungsverfahren**  
*Kurzurlaub für Körper, Geist und Seele*  
Turnhalle Reichsstraße 22 | Braunschweig  
Um Anmeldung wird gebeten!

29.10. & 5.11.13  
15.30–16.30 Uhr  
**Walking-Angebot**  
*Kooperation mit dem MTV*  
Sportpark Rote Wiese  
Rote Wiese 9 | Braunschweig

30.10.13  
15.00 Uhr  
**Genusstaining**  
Ambet e.V. | Triftweg 73 | Braunschweig  
Um Anmeldung wird gebeten!

31.10.13  
19.00 Uhr  
**Vortrag & Achtsamkeitsübungen für Frauen**  
*„Wenn das Herz schwer ist und die Seele nicht mehr schwingt“*  
Brunsviga | Karlstr.35 | Braunschweig

2.11.13  
14.00 Uhr  
**Gemeinsamer Spaziergang**  
*für Senioren mit und ohne Fotoapparat*  
Treffpunkt AOK Sevicezentrum  
Am Fallersleber Tore 3-4 | Braunschweig

3.11.13  
16.30 Uhr  
**Singen für die Seele**  
*Chorsingen und gemeinsames Singen*  
Paulikirche | Jasperallee 35c | Braunschweig

**Film | Konzert | Vortrag**  
*für Jugendliche (in Planung)*  
Termine & Infos auf der Homepage

## Anmeldungen und Kontakt

Hildegard Seipelt (Stadt Braunschweig)  
0531 470 72-66 oder hildegard.seipelt@braunschweig.de

## Alle Veranstaltungen sind kostenfrei!

Spenden Sie bitte an den Paritätischen Wohlfahrtsverband  
Braunschw. Landessparkasse | BLZ 250 500 00 | Konto 174 755  
Verwendungszweck: 3808-Netzwerk-Depression-BS