



Sekos - Veranstaltungen 2020

Die Selbsthilfekontaktstelle Gelnhausen kann nun wieder Vorträge anbieten, mit einer maximalen Besucherzahl von 10 Personen. Beachten Sie beim Besuch bitte die Hygienevorschriften. Zu den Hygienevorschriften gehört das Tragen eines Mundschutzes beim Betreten und Verlassen der Räume der Kontaktstelle, das Händewaschen bzw. desinfizieren, das Führen einer Kontaktliste und das Einhalten des Mindestabstands. Sobald der Platz für den Vortrag eingenommen ist, kann der Mund-Nasenschutz abgenommen werden.

Im Jahr 2020 bieten wir nun die folgenden gesundheitsbezogenen Veranstaltungen an:

Co-Abhängigkeit

Am 22. September referiert Karin Henningsen zu Co-Abhängigkeit. Karin Henningsen ist Heilpraktikerin für Psychotherapie HPG, Seminarleiterin Suchtprävention, ART Coach

AD(H)S bei Kindern und Erwachsenen

Am 3. November referiert Iris Kühn zum Themenkomplex AD(H)S bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Iris Kühn ist Gesundheitsmanagerin B.O.S., ADS - Couch und Gruppensprecherin zweier Selbsthilfegruppen, Angehörige AD(H)S Schlüchtern und ADHS bei Erwachsenen.

Schlaf und Schlafstörungen

Am 10. Dezember referiert Holger Weigel zu Schlaf und Schlafstörungen in der Sekos Gelnhausen. Holger Weigel ist Heilpraktiker für Psychotherapie und Gruppensprecher der Selbsthilfegruppe Schnarchen und Schlafapnoe im Main-Kinzig-Kreis.