Gruppenangebote **Zentralraum**

Angehörige beraten Angehörige

St. Pölten

– **Leitung:**
Karin Pölzl
M 0676-83 844 8881
Helma Fuchs
M 0676-83 844 8882

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

– **Termine:**
Mo – Fr, 9:00 - 11:00 Uhr möglich -
Anmeldungen im Reg.-Sekretariat, T 02742 / 71 000

Im Gespräch mit erfahrenen Angehörigen haben Sie die Möglichkeit
- Ihre Sorgen und Ängste auszusprechen
- Erfahrungen auszutauschen
- voneinander aus eigener Erfahrung zu lernen
- Informationen über Unterstützungsangebote zu erhalten

Angehörigengruppe

Krems

– **Leitung:**
DSA^in Judith Pfeiffer
M 0676-83 844 520
Dr. Ingo Apfelthaler
M 0676-83 844 7599

– **Ort:**
Beratungszentrum Krems – Club Aktiv
Bahnzeile 1 (Eingang Bahnhofsplatz 4)
3500 Krems

– **Termine:**
07. Jän. + 18. Feb. 2019
25. März + 15. April 2019
06. Mai + 24. Juni 2019

Mo, 17:00 – 18:30 Uhr

Angehörigengruppe

Lilienfeld

– **Leitung:**
DSA^in Gabriele Hinterkörner
M 0676-83 844 516
DSA^in Theres Simmer
M 0676-83 844 549

– **Ort:**
Beratungszentrum Lilienfeld - Club Aktiv
Liese Prokopstraße 14/2
3180 Lilienfeld

– **Termine:**
23. Jän. 2019
27. März 2019
22. Mai 2019

Mi, 15:00 – 17:00 Uhr

Angehörigengruppe

St. Pölten

– **Leitung:**
Dr. Dietmar Gollner
M 0676-83 844 8845
DSA^in Ingrid Wittchen
M 0676-83 844 513

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

– **Termine:**
8. Jän. + 12. Feb. 2019
12. März + 9. April 2019
14. Mai + 11. Juni 2019

Di, 15:00 - 17:00 Uhr

Gruppenangebote **Zentralraum**

Bewegungsgruppe
St. Pölten

– **Leitung:**
DSA^in Michaela Mondl-Karner
M 0676-83 844 388
DSA^in Ingrid Wittchen
M 0676-83 844 513

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten
Treffpunkt: PSD – Warteraum 1. OG

– **Termine:**
29. Jän. 2019 Bewegung im Freien
05. Feb. 2019 Schwimmen
12. Feb. 2019 Bewegung im Freien
19. Feb. 2019 BOWLING !!! 14:00 Uhr – 16:30 Uhr!!!
26. Feb. 2019 Gymnastik u. Entspannung drinnen
05. März 2019 Bewegung im Freien
12. März 2019 Walking / Jogging
19. März 2019 Bewegung im Freien
26. März 2019 Bewegung im Freien
02. April 2019 Yoga drinnen
09. April 2019 Eröffnung der Radsaison
16. April 2019 Bewegung im Freien
23. April 2019 Bewegung im Freien
30. April 2019 Wanderung !!! 9:00 Uhr – 15:00 Uhr!!!

Di, 9:00 - 11:00 Uhr

Ergotherapie
St. Pölten

- Handlungsfähigkeitstraining 1
- Handlungsfähigkeitstraining 2
- Kommunikations- und Interaktionstraining
- Gruppe für junge Erwachsene

– **Leitung:**
ET^in Sandra Schnait, BSc.
M 0676-83 844 393

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Wenzel-Kaska-Str.4 / DG
3100 St. Pölten

- geschlossene Gruppen
Ergotherapie nur mit Überweisung!

– **Termine:**
Mo, 13:30 – 15:00 Uhr
Mo, 11:00 – 12:00 Uhr
Mi, 12:30 – 14:00 Uhr
1x / Monat

Ergotherapie
Kreativ Gruppe
Krems

– **Leitung:**
ET^in Christine Spevak, BSc
M 0676-83 844 8106
DSA^in Judith Pfeiffer
M 0676-83 844 520

– **Ort:**
ICM Krems
Edmund Hofbauerstr. 5
3500 Krems

- geschlossene Gruppe
Ergotherapie nur mit Überweisung!

– **Termine:**
27. Feb. 2019
06.+13.+27. März 2019
03.+10.+17.+24. April 2019
08.+15. Mai 2019
05.+12.+19.+26. Juni 2019
03. Juli 2019

Mi, 14:30 – 17:30 Uhr

Gruppenangebote 3
Zentralraum

Achtsamkeitsgruppe
St. Pölten

– **Leitung:**
DGKP[in](psych.) Ulrike Gotsmi
M 0676-83 844 574
DSA[in] Sonja Winter
M 0676-83 844 560

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Wenzel-Kaska-Straße 4/DG
3100 St. Pölten

– **geschlossene Gruppe**

– **Termine:**
z. Zeit keine Termine

Zeit zum Austausch, Bewegen, Aktivieren, Ideen ausprobieren, gemeinsam Talente entdecken, …

Gruppe Bewegtes Frauenleben
Krems

– **Leitung und Info:**
DSA[in] Judith Pfeiffer
M 0676-83 844 520
DSA[in] Gertraud Kaindl
M 0676-83 844 514

– **Ort:**
Beratungszentrum Krems – Club Aktiv
Bahnzeile 1 (Eingang Bahnhofsplatz 4)
3500 Krems

- geschlossene Gruppe

Do, 13:00 – 14:30 Uhr

– **Termine:**
Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Gruppenleiterinnen.

Gruppe für Psychoseerfahrene
St. Pölten

– **Leitung:**
Dr.[in] Bettina Fink
M 0676-83 844 590

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

- geschlossene Gruppe

– **Termine:**
30. Jän. 2019
06.+20.+27. Feb. 2019
06.+13.+20.+27. März 2019
03.+10.+24. April 2019
08.+15.+22.+29. Mai 2019
05.+12.+19.+26. Juni 2019
03.+10.+17.+24. Juli 2019
04.+11.+18.+25. Sep. 2019

Mi, 13:00 – 14:00 Uhr

HPE-Gruppe
St. Pölten

– **Leitung:**
DSA[in] Anna Durstberger
T 02742-71 000

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter

– **Termine:**
04. Jän. + 01. Feb. 2019
01. März + 05. April 2019
03. Mai + 07. Juni 2019
05. Juli 2019

Fr, 14:00 - 17:00 Uhr

Gruppenangebote **Zentralraum**

MKT-Gruppe
St. Pölten

– **Leitung:**
DSA^in Michaela Mondl-Karner
M 0676-83 844 388
DSA^in Andrea Matzka
M 0676-83 844 519
Mag.(FH) Florian Ruhs
M 0676/83 844 8963

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

Metakognitives Training

- geschlossene Gruppe

– Termine:
28. Feb. 2019
07.+14.+21. März 2019
04.+11.+18.+25. April 2019
02.+09.+16. Mai 2019
06.+13.+27. Juni 2019

Do,13:00 – 14:30 Uhr

MKT Gruppe
Krems

– **Leitung:**
DSA Anna Enngelhart
M 0676-83 844 571
ET^in Christine Spevak, BSc
M 0676-83 844 8106

– **Ort:**
ICM Krems
Edmund Hofbauerstr. 5
3500 Krems

Metakognitives Therapieprogramm

- geschlossene Gruppe

– Termine:
23.+ 30. Jän. 2019
06.+13.+20.+27. Feb. 2019
06.+13.+27. März 2019
03.+10.+17.+24. April 2019

Mi, 13:00 – 14:00 Uhr

Singgruppe
St. Pölten

– **Leitung:**
DSA^in Angelika Hamberger
M 0676- 83 844 8820
Mag.^a(FH) Maria Sandhofer
M 0676-83 844 360

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten – Club Aktiv
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

– Termine:
28. Jän. + 18. Feb. 2019
11. März 2019
01. + 15. April 2019
03. + 24. Juni 2019

Mo, 9:30 – 11:30 Uhr

Beim gemeinsamen Singen und Erarbeiten
von **Liedern möchten wir unsere Stimme erfahren und entfalten.**
Es erwartet Sie unter anderem eine Mischung aus
- Stimmübungen,
- Wahrnehmungsübungen,
- Rhythmus,
- bekannten und neuen Liedern.

Suchtberatung
Achtsamkeitsgruppe
Krems

– **Leitung:**
Psychotherapeut Robert STEFAN
DSA^in Ursula Pechmann-Gandler
M 0676-83 844 344

– **Ort:**
Suchtberatung Krems
Bahnzeile 1, (Eingang Bahnhofsplatz 4)

- geschlossene Gruppe
– Termine:
09. + 23. Jän. 2019
06. + 20. Feb. 2019
06. + 20. März 2019
03. + 17. April. 2019
15. + 29. Mai 2019
12. + 26. Juni 2019

Mittwoch von 17:00 bis 19:00 Uhr (14-tägig)

Gruppenangebote **Zentralraum**

Suchtberatung

Betroffenengruppe

St. Pölten

– **Leitung:**
DSA^in Beatrix Reitbauer
M 0676-83 844 8828

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

- geschlossene Gruppe
Anmeldung erforderlich

– **Termine:**
07. + 21. Jän. 2019
04. + 18. Feb. 2019
04. + 18. März 2019
01. + 15. + 29. April 2019
13. + 27. Mai 2019
17. Juni + 01. Juli 2019

Mo, 15:30 - 17:00 Uhr

Suchtberatung

Abstinenzorientierte Gruppe

St. Pölten

– **Leitung:**
Doris Artner BA MA
M 0676/83 844 531
DSA^in Monika Göber
M 0676/83 844 395

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

– **Termine:**
08. Jän. + 05. Feb. 2019
05. März + 02. April 2019
07. Mai. + 04. Juni 2019

Di, 16:30 - 18:00 Uhr

Bei Verhinderung bitte absagen!

Trialog

St. Pölten

– **Leitung:**
Mag. (FH) Florian Ruhs
M 0676-83 844 8963

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

– **Termine:**

17. Jän. + 21. Feb. 2019
21. März + 18. April 2019
16. Mai + 13. Juni 2019

Do, 16:00 - 17:30 Uhr

Waldpädagogikgruppe

St. Pölten

– **Leitung:**
DSA^in Sonja Winter
M 0676-83 844 560
DSA^in Gabriele Hinterkörner
M 0676-83 844 516

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Brunngasse 23
3100 St. Pölten

z. Zeit keine Termine

Bitte um Anmeldung

Waldpädagogik möchte in der Natur, mit Mitteln aus der Natur zum Bewegen im Wald einladen!

Waldpädagogik bietet die Möglichkeit zum
- Wahrnehmen mit allen Sinnen, zum
- Kreativ sein, zum
- Spaß im Wald erleben, zum gemeinsamen
- Forschen,
- Erleben,
- Sammeln,
- Gestalten und zum
- Lernen im Wald

Gruppenangebote **Zentralraum**

Frauengruppe
St. Pölten

– Leitung:
Mag.a(FH) Christina Klarer
M 0676-83 844 336
Mag.a(FH) Maria Sandhofer
M 0676-83 844 360
DSAin Michaela Mondl- Karner
M 0676-83 844 388

– **Ort:**
Beratungszentrum St. Pölten
Wenzel Kaska Str. 4/DG
3100 St. Pölten

Raum fürs Frausein

z. Zeit keine Termine