

# Café Harmonie

Eine Veranstaltungsreihe zu gesundheitsfördernden Hilfen im Alltag



## Sie kommen aus der Ukraine

und wollen sich in einer vertrauensvollen Atmosphäre über folgende Themen informieren und dabei elementare Sprachkenntnisse in der deutschen Sprache erwerben:

„Wie funktioniert das deutsche Gesundheitssystem?“

„Krankenversicherung und Leistungen“

„Was ist Selbsthilfe und wie wird eine Selbsthilfegruppe gegründet?“

„Welcher Arzt ist für mich richtig?“

„Vorbereitung auf den Arztbesuch in der deutschen Sprache“  
und vieles mehr ...

## Für den Alltag für Hilfe zur Selbsthilfe

werden Sie Stabilisierungsübungen für die psychische Entlastung und die kreative Methode NeuroGraphik® kennenlernen. Kommen Sie mit Ihren Familienangehörigen ins Café Harmonie.

## Café Harmonie

Eine Veranstaltungsreihe zu gesundheitsfördernden Hilfen im Alltag



### Wann:

Dienstag, <b>24.10.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Montag, <b>30.10.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Dienstag, <b>31.10.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Montag, <b>06.11.2023</b>	10.00 Uhr bis 14.00 Uhr
Dienstag, <b>07.11.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Dienstag, <b>14.11.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Dienstag, <b>21.11.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Dienstag, <b>28.11.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Dienstag, <b>05.12.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Dienstag, <b>12.12.2023</b>	15.00 Uhr bis 19.00 Uhr

### Wo:

Der Kulturhof im Umweltzentrum (Café)  
August-Bebel-Straße 16 – 18, 33602 Bielefeld

### Die Teilnahme

ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das benötigte Material für die NeuroGraphik® sowie Snacks und Getränke werden zur Verfügung gestellt. Sprachmittler\*in wird in der ukrainischen Sprache zur Verfügung gestellt.