

Selbsthilfegruppe

Alija

Grupa samopomoći Alija

Bluthochdruck

Veranstaltungsort:

DONNA MOBILE AKA e.V., Landsbergerstr. 45 a
80339 München

Zeit: 17 - 20 Uhr

Gruppenleiterin:

Catiba Sadikovic

Programm:

11.01.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

19.01.2023

Mit Atemübungen gegen Bluthochdruck,

Ref. Tatjana Sukalo

02.02.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

16.02.2023

Mit Bewegung gegen Bluthochdruck

Ref. Jessica Rürger

16.03.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

30.03.2023

Gesunde Ernährung bei Bluthochdruck,

Ref. Amila Salihovic

13.04.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

27.04.2023

Bluthochdruck und Stressbewältigung,

Ref. Tatjana Sukalo

11.05.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

31.05.2023

Motivation fördern – Gesundheit

bei Bluthochdruck stärken, Ref. Tatjana Sukalo

07.06.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

22.06.2023

Folgeerkrankungen von Bluthochdruck,

Ref. Mensüre Riza

06.07.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

20.07.2023

Übungen zur Stärkung des Kreislaufs,

Ref. Amila Salihovic

03.08.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

14.09.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

28.09.2023

Bluthochdruck durch Angstzustände,

Ref. Tatjana Sukalo

12.10.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

26.10.2023

Entspannungstechniken gegen Bluthochdruck, Ref. Jessica Rüger

09.11.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

23.11.2023 Bluthochdruck und Herzgesundheit, Ref. Mensüre Riza

07.12.2023

Gesprächskreis, Catiba Sadikovic

21.12.2023