AARE PRAXIS
PSYCHIATRIE PSYCHOTHERAPIE

Walk & Talk

Bewegung in der Natur und Austausch in der Gruppe unter psychotherapeutischer Begleitung.

Für wen ist die Gruppe geeignet?

Für Patientinnen und Patienten der Aare Praxis, die durch das Gehen in der Natur ihren Zugang zum Körper, den Gefühlen und Gedanken vertiefen wollen.
Die Dynamik in der Gruppe nutzen wir therapeutisch, und wir üben neue Strategien im Umgang mit sich und anderen.
Die Natur bietet einen wertfreien Raum, der Stressabbau und Entspannung fördert, Begegnung unterstützt und die Reflexion erleichtert.

Treffpunkt

Parkplatz Rohr
Genaue Informationen folgen bei Anmeldung.

Termine

Jeden zweiten Samstags von 9.30 bis 10.45 Uhr
11. April 2026
25. April 2026
9. Mai 2026
23. Mai 2026
6. Juni 2026
20. Juni 2026

Leitung und Anmeldung

M.Sc. Romana Kühnis, r.kuehnis@hin.ch
und
M.Sc. Melanie Maurer, m.maurer@hin.ch

Eidg. anerkannte Psychotherapeutinnen der Aare Praxis.

Kostenübernahme durch die Krankenkasse bei bestehender Anordnung.