

SAFE THE DATE -
Zum Tag der Selbsthilfe
20.September 2025



Raus aus dem Kopf – rein in die Natur

🌿 Wandergruppe für seelische Gesundheit 🌿

Zum Tag der Selbsthilfe planen KIBIS Nordfriesland und KIBIS Schleswig eine Wandertour durch das Haddebyer Noor mit ca. 6 km. Dauer: ca. 4 Stunden.

„Manchmal hilft ein Gespräch. Manchmal hilft frische Luft. Am besten: beides zusammen“

Für wen ist die Gruppe?

- Für Menschen mit psychischen Belastungen oder seelischen Krisenerfahrungen.
- Für alle, die sich mehr Austausch wünschen – ohne Stuhlkreis.
- Auch ideal als Ergänzung zu bestehenden Selbsthilfegruppen – wenn dir Bewegung & Natur fehlen.

Was du brauchst:

Bequeme Schuhe, Offenheit, Lust auf Natur und Gemeinschaft.
Bitte bringe etwas Proviant für dich mit.

Wann: Am Samstag, den 20.September um 10 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz an der B76, Ehrenfriedhof am Haddebyer Noor
Fahrgemeinschaften können gerne über uns gebildet werden. Bei Regen und Unwetter wird die Wandertour verschoben.

Wir bitten um Anmeldung bis zum 17.September!

KIBIS Nordfriesland, Tel. 04841 / 800 777, Email: info@kibis-nf.de oder bei KIBIS Schleswig, Tel. 04621 / 27748, Email: info@kibis-sl.de

