

GRUPPENANGEBOTE

HERBST/WINTER 2022



Malen und Gestalten

Workshop Aromatherapie

Wildkräuterspaziergang

Workshop Kochen und Geniessen

Gesprächsgruppe für Frauen

Männerfrühstück

Die Angebote finden – soweit nicht anders angegeben
– an der Herzogstrasse 50 in Aarau statt.

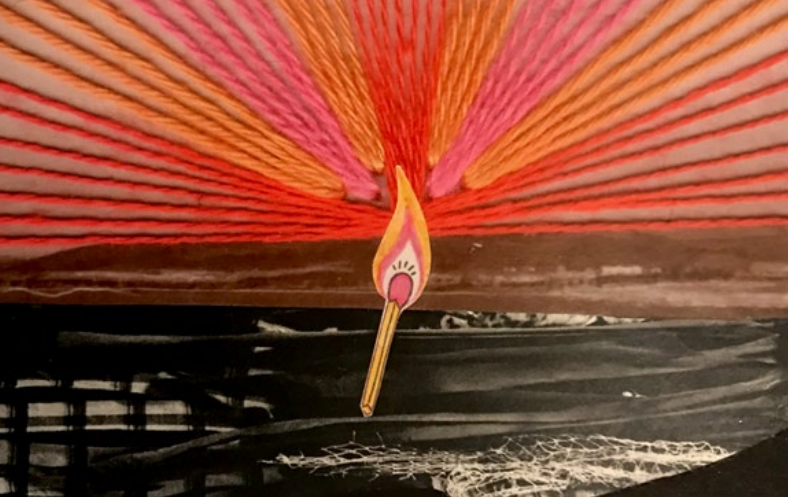
Kontakt und Anmeldung (Bitte geben Sie bei einer schriftlichen Anmeldung Ihre Telefonnummer an!)

062 837 70 10 (Mo–Do Sekretariat)

062 837 70 11 (Di+Fr direkt)

beratung@blaueskreuz.ch | www.blaueskreuz-aglu.ch





Eigene Qualitäten und Ressourcen (wieder-) entdecken

Malen und Gestalten

Leitung: Miriam Risolé,
Mal- und Kunsttherapeutin IHK

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige,
Fachpersonen und alle Interessierten

Wichtig: Mit allen Interessentinnen wird
ein Vorgespräch geführt (Termin wird
bei der Anmeldung vereinbart).

Unkostenbeitrag: CHF 130.– pro Semester
(Materialkosten inklusive)

► **Anmeldung:** beratung@blaueskreuz.ch

► **Anmeldeschluss:** auf Anfrage

Termine 2022

jeweils 18:00 –20:00 Uhr

Donnerstag, 04. August

Donnerstag, 25. August

Donnerstag, 15. September

Donnerstag, 13. Oktober

Donnerstag, 03. November

Donnerstag, 24. November

Donnerstag, 15. Dezember

► **Ort:** Herzogstrasse 50,
5000 Aarau



Austausch und Unterstützung

Workshop Aromatherapie

Leitung: Kathrin Kuhle,
Sozialarbeiterin FH/Suchtberaterin/
Aromatherapeutin

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige,
Fachpersonen und alle Interessierten

Aromatherapie ist ein Teilgebiet der Pflanzen-
heilkunde. Ätherische Ölen wirken unterstüt-
zend bei Schmerzen, Unruhe, Schlafstörungen
und vielem mehr. Lassen Sie sich mitnehmen
in die Welt der wohltuenden Düfte – mit Basisin-
formationen und einigen praktischen Einblicken.

Mitbringen: Notizpapier, Schreibzeug,
ein kleines Handtuch, zwei Waschlappen

► **Unkostenbeitrag:** CHF 15.– pro Abend

► **Anmeldung:** beratung@blaueskreuz.ch

Termine 2022

jeweils 18:00 –20:00 Uhr

Freitag, 23. September

Freitag, 21. Oktober

► **Ort:** Herzogstrasse 50,
5000 Aarau



Austausch und Unterstützung

Wildkräuterspaziergang

Leitung: Kathrin Kuhle,
Sozialarbeiterin FH/Suchtberaterin/
Aromatherapeutin

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige, Fach-
personen und alle Interessierten

Bei einem gemütlichen Spaziergang an der
Bachstrasse in Aarau (nähe Beratungsstelle)

lernen Sie erstaunliches und wissenswertes über
einheimische Wildpflanzen. Sie lernen Heilpflanzen
und essbare Wildpflanzen kennen. Manches Un-
kraut wird zum Superfood! Bei diesem Spaziergang
geht es darum, die Natur bewusster wahrzuneh-
men, was sich positiv aufs Wohlbefinden auswirkt.

► **Unkostenbeitrag:** CHF 15.– pro Anlass

► **Anmeldung:** beratung@blaueskreuz.ch

Termin 2022
17:30 Uhr

Freitag, 19. August

► **Treffpunkt:**
Herzogstrasse 50,
5000 Aarau

Bewusst geniessen

Workshop Kochen und Geniessen

Leitung: Eliane Meier-Gollub

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige,
Fachpersonen und alle Interessierten

Wichtig: Alle sind herzlich willkommen!
Die Workshops können auch einzeln
besucht werden.

Unkostenbeitrag: CHF 25.– pro Abend

► **Anmeldung:** beratung@blaueskreuz.ch

► **Anmeldeschluss:** donnerstags vor
dem Termin

Termine 2022
jeweils 18.30–21.00 Uhr

Dienstag, 23. August

Dienstag, 27. September

Dienstag, 01. November

► **Ort:** Buchlisbergweg 5,
5040 Schöftland



Austausch und Unterstützung

Gesprächsgruppe für Frauen

Leitung: Isabel Minck,
Sozialpädagogin FH/Suchtberaterin

Zielgruppe: Betroffene

Wichtig: Mit allen Interessentinnen wird
ein Vorgespräch geführt.

Unkostenbeitrag: CHF 100.– pro Semester

- ▶ **Anmeldung:** beratung@blaueskreuz.ch
- ▶ **Anmeldeschluss:** auf Anfrage

▶ **Ort:** Herzogstrasse 50,
5000 Aarau

Termine 2022/23
jeweils 17.30–19.00 Uhr

Dienstag, 16. August

Dienstag, 30. August

Dienstag, 13. September

Dienstag, 27. September

Dienstag, 11. Oktober

Dienstag, 25. Oktober

Dienstag, 08. November

Dienstag, 22. November

Dienstag, 06. Dezember

Dienstag, 20. Dezember

Dienstag, 03. Januar

Dienstag, 17. Januar



Ohne Kater, dafür mit anregendem Austausch und Ideen für mehr Lebensqualität

Männerfrühstück

Leitung: Michael Eggen,
Sozialarbeiter FH/MAS/Suchtberater

Zielgruppe: Betroffene

Wichtig: Das Männerfrühstück kann
auch an einzelnen Daten besucht werden.
Mit allen Interessenten wird ein Vorge-
spräch geführt.

Unkostenbeitrag: CHF 25.– pro Anlass

- ▶ **Anmeldung:** beratung@blaueskreuz.ch
- ▶ **Anmeldeschluss:** mittwochs vor dem Termin

Termine 2022/23
jeweils 10.00–13.30 Uhr

Samstag, 10. September

Samstag, 01. Oktober

Samstag, 29. Oktober

Samstag, 26. November

Samstag, 10. Dezember

Samstag, 21. Januar

▶ **Ort:** Herzogstrasse 50,
5000 Aarau