Anfahrt

Heinrich-Lübke-Haus Zur Hude 9 59519 Möhnesee - Günne

Mit dem Auto:

Aus Richtung Dortmund über die A 44, Abfahrt Werl-Süd, dann die B 516 Richtung Möhnesee/Brilon, Abfahrt Günne

Aus Richtung Kassel über die A 44 Abfahrt Soest/Möhnesee, dann die B 229 Richtung Möhnesee/Arnsberg, dann die B 516 Richtung Werl/Ense, Abfahrt Günne.

Mit dem Bus:

Ab Bahnhof Soest mit dem Bus der Linie C 4 des Regionalverkehrs Ruhr-Lippe.

Die Abfahrtszeiten an den Werktagen ab Soest Bahnhof (Haltestelle Bahnhof/Brüdertor) zur Endstation Günne - Brüningsen sind von 7:16 Uhr bis 18:16 Uhr jeweils stündlich. Die Busse von Günne nach Soest verkehren ebenfalls im stündlichen Rhythmus.

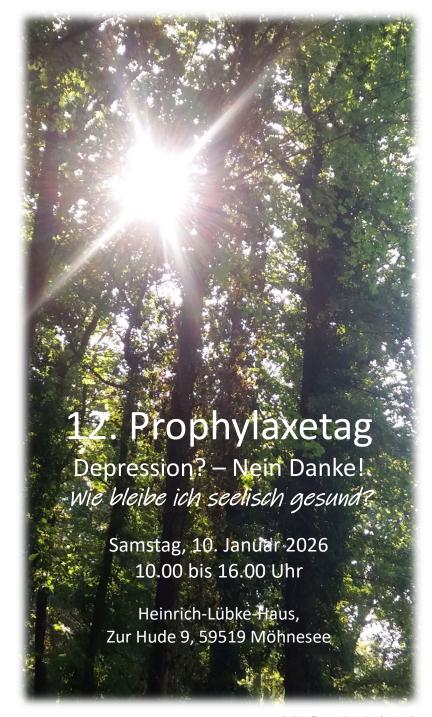
Diese Veranstaltung ist eine Kooperation von











Bereits zum 12. Mal wird der

Depressions-Prophylaxetag "Depression? – Nein Danke!"

am 10. Januar 2026 von 10.00 bis ca. 16.00 Uhr ausgerichtet und wendet sich an all diejenigen, die wissen möchten, wie sie kritische Lebenssituationen meistern können.

Geboten werden Ihnen:

- spannende Vorträge und interessante Interviews
- zahlreiche Kennenlern-Workshops zu den Themen Entspannung, Feldenkrais, Waldbaden, Qi Gong, kreative Techniken und Bewegung, Klangschalen, Stimme/Gesang, Kunsttherapie und Selbsthilfe "Angst"
- ausreichend Pausen
- kostenlose Parkplätze
- ein kostenfreies Mittagessen



"Bei dieser Tagung geht es darum, zu hören und vor allem auszuprobieren, wie man auch unter belastenden Lebensumständen immer wieder zu guten Gedanken und Gefühlen zurückfinden kann, um langfristig seelisch gesund zu bleiben."

Dr. Bärbel Bettin-Wille

Information und Anmeldung

Die Anmeldegebühr beträgt 5,00 Euro und ist im Voraus zu entrichten.

- Annegret Schröder
- per E-Mail: kontakt@entspanne-mit-anne.de

oder

• per Telefon: 02922 / 878880