

Einladung zum S.o.G. – Tag

Suchtselbsthilfe optimieren durch Gesundheitsförderung



Liebe Freundeskreisler,

vor einigen Jahren hat der Bundesverband der Freundeskreise das Projekt **S.o.G.** ins Leben gerufen. Seit dieser Zeit lädt der Landesverband der Freundeskreise im Saarland einmal im Jahr zu einem **S.o.G.-Tag** ein. Dieser Tag soll uns Anstöße und Ideen mitgeben unser Leben gesünder und bewusster zu gestalten, zu leben. Wir bieten euch sportliche Aktivität und kreativen Geist an. Gesund zu Leben fördert die Lebensqualität und Lebensfreude und damit auch die zufriedene Abstinenz – nach dem Motto „**ganzheitlich gesund – zufrieden abstinent**“.

Wir laden alle Mitglieder der Freundeskreise im Saarland zu unserem S.o.G.-Tag 2018 ein:

Wann: 08.09.2018 / 08.00 Uhr

Wo: Haus Sonnental in Wallerfangen

Ablauf: s. Anlage

Unkostenbeitrag: 5,00 €

verbindliche Anmeldung bis 31.08.2018 telefonisch oder per Mail an:

Gabi Augustin - 06834 / 516 30 - g.augustin@freundeskreise-saar.de

Manfred Kessler - 06825 / 437 62 - geschaeftsfuehrer@freundeskreise-saar.de

Bitte an die Sportbekleidung denken. Wir freuen uns sehr auf euer Kommen!!

Herzliche Grüße

Der Vorstand

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe im Saarland - Landesverband e.V.



Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe im Saarland - Landesverband e.V.

Einladung zum S.o.G. – Tag

*Suchtselbsthilfe **o**ptimieren durch **G**esundheitsförderung*

Programm / Ablauf

Haus Sonnental - 08.09.2018

08.00 Uhr	Start mit einem gesunden Frühstück
09.00 Uhr	Begrüßung
09.30 Uhr	sportlich aktiv mit Gabi - lasst euch überraschen
12.30 Uhr	Mittagessen
13.30 Uhr	Kreativität ist gefragt ...
16.00 Uhr	Kaffeepause
16.30 Uhr	Entspannung
17.00 Uhr	Abschlussrunde / Feedback
ca. 18.00 Uhr	Ende des S.o.G-Tages