



## Programm für die OA -Tage im Norden

**Datum:**

**Freitag, 17.10.2025 nachmittags bis Sonntag, 19.10.2025 mittags**

**Thema:**

**Gefühle und mein Umgang im Programm damit**

**Ort:**

**AWO SANO Schwerin gGmbH**

**Ferienzentrum Muess**

**Alte Crivitzer Landstraße 6**

**19063 Schwerin**

Nächstgelegene Haltestelle des ÖPNV ist die Bushaltestelle „Freilichtmuseum“ in Mueß (Linie 6)

Am Freitag sind die Zimmer ab 15:00 Uhr bezugsfertig

Am Sonntag müssen die Zimmer bis 10:00 Uhr geräumt sein

**Essenszeiten:**

Frühstück: 7:30-10:00 Uhr

Mittagessen: 12:00-13:00 Uhr

Abendessen: 17:30-19:00 Uhr

**Meetings:**

Freitag, 19:00-20:30 Uhr: Wie lerne ich, meine Gefühle wahr zu nehmen?

Samstag, 7:00-7:45 Uhr: 11. Schritt Meeting (Bitte Schreibsachen mitbringen)

Samstag, 9:30-11:00 Uhr: Wohin mit meiner Wut und meinem Groll- wo steckt meine Angst?

Samstag, 14:00- 15:00: Raus aus der Isolation (Rückmeldemeeting)

Samstag, 16:30- 18:00 Uhr: Freude aushalten- Trauer aushalten

Sonntag, 7:00-7:45 Uhr: 11.Schritt Meeting (Bitte Schreibsachen mitbringen)

Sonntag 10:00- 11:30: Schatztruhen- Abschlussrunde

Alle Meetings sind nur Angebote, fühlt euch frei, euch das zu nehmen, was ihr gebrauchen könnt ... 😊

Für den Samstagabend suchen wir noch kreative Beiträge für Angebote wie Singen etc. Meldet euch dazu gerne im Vorfeld bei Jasmin12Schritte@gmx.de oder am Wochenende selbst.

Wir freuen uns schon sehr auf euch!

Das Orgateam OA-Tage im Norden

