



GESUNDHEIT AKTIV nord  
REGIONALE BÜRGER- UND PATIENTENINITIATIVE

# Adventsbrief

An Freunde, Unterstützer:innen und Mitglieder  
von Gesundheit Aktiv nord e.V.

## ADVENT

ANKUNFT. ERSCHENUNG. ABENTEUER

Advent heißt übersetzt aus dem englischen „Abenteuer“, aus dem griechischen „Erscheinung“, aus dem lateinischen „Ankunft“.

Welch kräftiges Bild - ein Kind wird in einem Stall geboren. Schutzlos scheint es. Und es verändert die Welt. Diesem Bild folgend, lassen wir unser Zuhause im Licht von Kerzen erwärmen, der Duft von Bienenwachs, Tannen und Gebäck, all die Rituale, der Adventskalender, Geschenke sprechen unser Gemüt an. In unserer heutigen Zeit wird es jedoch auch immer bedeutsamer, dass wir nicht allein im Gefühl bei den Dingen verweilen. Die Geschehnisse der Adventszeit und die in ihr liegenden Möglichkeiten auch gedanklich zu erfassen, schenkt uns Wachheit und Klarheit.

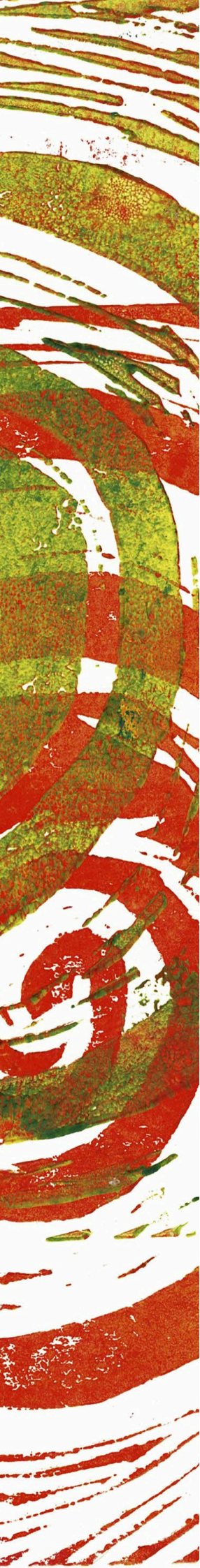
Voller Freude können wir sagen -  
in diesem Sinne haben wir gearbeitet und wagen Abenteuer!

### Drei große Kernbereiche werden Sie finden:

unsere **Weiterbildung Gesundheitslotsin & Gesundheitslotse**  
unser **Café der Begegnung & Gesundheit**  
unsere **Gesundheitsort zum Mitmachen**

Unsere neue Homepage ist an den Start gegangen und wird von uns immer aktualisiert, dadurch können Sie all unsere Tätigkeiten verfolgen und vielleicht die ein oder andere Veranstaltung besuchen. Wir freuen uns auf Sie!

Die Weiterbildung und unsere lebendigen Cafés haben wir mit viel Herzblut entwickelt und in die Welt gebracht.



Der Gesundheitsort zum Mitmachen ist unser umfangreichstes Projekt und noch in der Ideenphase. Hier steht im Mittelpunkt, dass jeder Mensch in einer gesundheitlichen Krise oder Erkrankung einen Ort des Willkommens und der Akzeptanz seiner selbst vorfindet. Dort erhält er Unterstützung statt Widerstand und Begleitung statt Vorgaben, um in Ruhe den eigenen Weg zu gehen. Einen zentralen zusätzlichen Gewinn sehen wir darin, dass ein Miteinander an diesem Ort entsteht, welches erleben lässt, dass man nicht seine Erkrankung ist, sondern jede und jeder Ressourcen und Fähigkeiten mitbringt, die in die Gemeinschaft einfließen können. Denn ein gegenseitiges Geben und Empfangen machen Mut, Freude und schaffen Verbindungen. Diese Aktivität trägt auch dazu bei sich selbst aus einem Ohnmachtsempfinden gegenüber einer Erkrankung und dem Gefühl des Ausgeliefertseins herauszuhelfen.

Alle 3 Projekte stehen unter dem gemeinsamen Motto und Leitbild  
**“Zwischen Krankheit und Heilung unsere eigene Gesundheit finden”**

Diesem Adventsbrief liegt unser Flyer zur Weiterbildung bei. Wir freuen uns, dass wir im Januar 2026 starten. Einige Restplätze sind noch vorhanden, Kurzentschlossene sind willkommen.

Besuchen Sie uns bei einem unserer Café-Treffen mit Kaffee und Kuchen oder schreiben Sie uns gerne Ihre Ideen, Ansichten oder Fragen. Die ausführlichen Informationen finden Sie auf der Homepage. Nach wie vor suchen wir Menschen, die mitmachen wollen, oder uns mit Spenden bei der Weiterentwicklung unterstützen möchten.

**Wir sagen DANKE  
für Ihre Treue und Unterstützung!**

Wir wünschen Ihnen allen eine erfüllende Adventszeit und ein friedliches, gemeinschaftsstiftendes Weihnachtsfest, von Mensch zu Mensch. Kommen Sie gut ins Neue Jahr!

*Herzliche Grüße im Namen der Projektleitung  
von Gesundheit Aktiv nord*