



Die Freiheit NEIN zu sagen – Online-Abendseminar

09.11.2023 von 19:30 – 21:30

Für viele Frauen ist „Nein“ das am schwierigsten auszusprechende Wort. Was passiert, wenn wir uns entschieden, uns gegen Erwartungen anderer positionieren? Meistens geschieht nichts! Was befürchten wir? Was lässt uns immer wieder in die Falle tappen, über unsere Grenzen zu gehen? Und wie können wir die Freiheit entwickeln, klar und entschieden zuzupacken oder abzusagen? Bei diesem Onlineseminar gewinnen Sie durch ein Referat, Imagination und die Einladung zur Körperwahrnehmung, Gedankenanstöße für mehr Freiheit und Freude im Leben. Das Seminar ist auch geeignet für Frauen, die in einer Mütter- oder Mutter-Kind-Kur waren und die guten Vorsätzen aus dieser Zeit weiter fortsetzen möchten.

Leitung:

Andrea Grabherr, KAB Frauen und Gesundheit

Referent/in:

Martha Higler-Kühner
Kreative Leibtherapeutin, Kunsttherapeutin und Burnout-Coach

Ort:

Online via Zoom

Kosten:

Freiwilliger Beitrag

Information und Anmeldung:

Mail: KAB@blh.drs.de Betreff: Online-Seminar 9.11.

Fon: 0175 2876 234