



Einfach mal gut zu mir!

Gruppenangebot für Frauen



Wir nehmen uns Zeit, eigene Bedürfnisse achtsam wahrzunehmen und Möglichkeiten eines selbstfürsorglichen Umgangs im Alltag zu erkunden. Kurzvorträge und Übungen sowie Zeit zum Austausch bieten Ihnen die Gelegenheit, einfach mal ein Auge auf sich selbst zu werfen.

Termine:

30. April, 14. Mai und 11. Juni 2024, jeweils 16.30 – 18.00 Uhr.

Leitung:

Vita Oliva, Dipl.-Berufspädagogin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin (MA),
KomKom-Trainerin

Marie Nowak, Sozialarbeiterin (B.A.), Ehe-, Familien- und Lebensberaterin (MA i. W.)

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich bis zum 23.04.2024 an, die Kontaktmöglichkeiten und auch den Ort der Veranstaltungen sehen Sie unten. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Damit wir auch zukünftig unser Beratungsangebot aufrechterhalten können, ist jede Spende willkommen.



Katholische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Hömerichstraße 7
51643 Gummersbach
T. 02261-27724
info@efl-gummersbach.de
www.efl-gummersbach.de