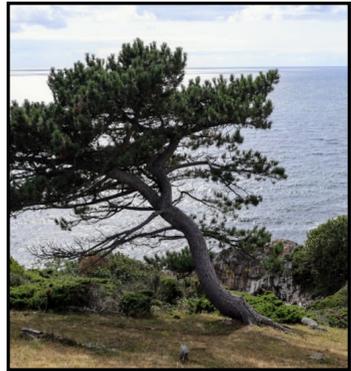


Wochenendseminar
„Umgang mit Ängsten“

Sa, 18.01.2020, 11.00-16.00 Uhr

&

So, 19.01.2020 11.00-14.00 Uhr



Quelle: Thorsten Schuler

Was sind Ängste und wann werden sie zu einer Krankheit?
Wie helfen Entspannungsübungen bei einem gelassenen
Umgang mit Angst? Ein interaktives Seminar, in dem bei
Traumreisen auch entspannt werden darf.

Ort

Nachbarschaftshaus Friedenau, Café
Holsteinische Str. 30, 12161 Berlin

Dozent

Rolf Netzmann, EX IN Genesungsbegleiter und Systemischer
Coach

Eintritt

16 €

Anmeldungen möglich bis zum 13.01.2020 unter
selbsthilfe@nbhs.de oder 030 859951-330/-333



**NACHBARSCHAFTSHEIM
SCHÖNEBERG E.V.**
Selbsthilfetreffpunkt