

Gemeinsam statt Einsam



Ein Angebot für Mädchen und Frauen.

Start

09.03.2021; dienstags jeweils von 18.30Uhr bis 20.00Uhr
12 Termine im 14 tägigen Rhythmus

Wo

Digital per Videokonferenz, über <https://sichere-viedeokonferenz.de>
Sie benötigen einen PC mit Kamera, den Browser Chrome und eine Email –Adresse.

Die Themen

Der Name ist Programm „Gemeinsam statt Einsam“
Es geht um Kontakte, Selbstfürsorge, Gefühle, Achtsamkeit, Körperübungen, Ressourcenaktivierung und Handlungsstrategien.

Kosten

Die Teilnahme ist kostenfrei.
Spenden können gerne auf das Konto der Frauenberatung überwiesen werden.

Anmeldung

Per Email an : susanne.kleidt@frauenberatung-hagen.de
Ansprechpartnerin: Frau Kleidt
Rückfragen gerne per Email oder unter 0157 35 23 61 78

