



familienzentrum
stadthagen

Wie geht das eigentlich mit der Selbstfürsorge? **-Seminar für Mütter, Großmütter, Frauen in verschiedenen Lebenslagen-**



In einem stressigen Alltag geht so manches Mal die Selbstliebe und Selbstfürsorge verloren. An diesem Seminartag möchten wir einmal innehalten, unserer persönlichen Balance Aufmerksamkeit schenken, uns austauschen und neue Anregungen und Erkenntnisse gewinnen, die uns im Alltag stärken. Wir freuen uns auf einen abwechslungsreichen Tag im Familienzentrum.

Termin : Samstag, der 18.03.2023, 9.30 – 16.00 Uhr
Ort: Familienzentrum, Bahnhofstr.27 in 31655 Stadthagen
Leitung: Birgit Schaper-Gerdes und Helga Freude

**Anmeldung: bis zum 08.03.23 / Tel: 05721.8901011 oder
E-Mail: familienzentrum@stadthagen.de**

