

Deutz

BASICS



Thema: Selbstfürsorge im Alltag

- Was ist eigentlich Selbstfürsorge?
- Kann mir Selbstfürsorge in Krisenzeiten helfen?
- Wie gelingt Selbstfürsorge im Alltag?

Wer? Frau Heinrichs, Herr Yücel

Wann? Mittwoch, 22.11.2023
Mittwoch, 29.11.2023

Wieviel Uhr? Ab 13 Uhr Ankommen, **13:15 Uhr Start**, Ende 14:45

Wo? Proberaum/Proberaum WorX
Siegburger Straße 233, 50679 Köln

Bitte melden Sie sich bei den Mitarbeitenden im Proberaum oder in WorX an!
Bei Fragen können Sie sich gerne an uns wenden!