271-F-0005 Selbstliebe – Lerne dich selbst zu lieben

Beginn	Samstag, 27.02.2027, 10:00 - 16:00 Uhr
Kursgebühr	6,00 €
Dauer	1 Tage
Kursleitung	Marion Ludwig
Kursort	, Horster Str. 35, 45897 Gelsenkirchen

"Selbstliebe ist der Beginn einer lebenslangen Freundschaft."
– Oscar Wilde
Gerade Frauen stellen im Alltag häufig die Bedürfnisse anderer vor ihre eigenen. Besonders nach belastenden Lebenserfahrungen. Oft fällt es schwer, sich selbst mit Wertschätzung und Mitgefühl zu begegnen. Dabei ist Selbstliebe keine Selbstverständlichkeit, sondern eine Fähigkeit, die wachsen und gestärkt werden kann.
In diesem Frauengesprächskreis beschäftigen wir uns mit der Bedeutung von Selbstliebe und Selbstannahme für ein zufriedenes und selbstbestimmtes Leben. Gemeinsam reflektieren wir den eigenen Umgang mit uns selbst, entdecken persönliche Stärken und tauschen uns darüber aus, wie ein liebevollerer Blick auf die eigene Person im Alltag gelingen kann.

Bei diesem Frauengesprächskreis …
… setzen wir uns mit der Bedeutung von Selbstliebe und Selbstannahme auseinander,
… reflektieren wir den eigenen Umgang mit uns selbst,
… erkennen wir persönliche Stärken und Ressourcen,
… entwickeln wir Ideen für mehr Selbstliebe im Alltag

Die Teilnahmegebühren enthalten: Seminar, Material, Kaffee und Essen

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
27.02.2027	10:00 - 16:00 Uhr	Gemeindehaus Apostelkirche

zur Kursdetail-Seite