

Workshops 60+

Die Themenvielfalt ist groß und jeder Workshop widmet sich einem Themenkomplex. Geleitet werden die Veranstaltungen von der Dipl. Psych. Cornelia Benter.

- 08.02.2024: gesunde Selbstfürsorge
- 22.02.2024: Wege aus der Depression
- 07.03.2024: Raus aus der Sorgenfalle
- 21.03.2024: Wege aus der Abhängigkeit
- 04.04.2024: Achtsamkeit als Lösung für alle Probleme
- 18.04.2024: Emotionen und wofür wir sie brauchen
- 02.05.2024: Ordnung in die Bude bringen
- 16.05.2024: Klarheit – ein gutes Gefühl
- 30.05.2024: Wie bekomme ich inneren Halt?
- 13.06.2024: Warum sind wir manchmal schusselig?
- 27.06.2024: Umgang mit dem Sterben

in Zusammenarbeit mit Die Wille

Anmeldung:

Mail: beratung60plus.die-wille@jsd.de

Tel: 030 26 47 62 23

Nächste Termine:

16.05.2024

30.05.2024

13.06.2024

27.06.2024

Veranstaltungsort:

Bibliothek am Luisenbad

Badstraße 39

13357 Berlin

Veranstalter:

Bibliothek am Luisenbad

Badstraße 39

13357 Berlin

Weitere Informationen: <https://www.berlin.de/stadtbibliothek-mitte/bibliotheken/bibliothek-am-luisenbad/>

Kontakt: luisenbad@stb-mitte.de



Die Wille



Kalender



Email



Homepage