

Einladung Frauenseminar

Wann:	07.06.2024 bis 09.06.2024	
Wo:	Haus Maria Lindenberg Lindenbergstraße 25, 79271 St. Peter	
Thema:	Wut im Bauch	
Referent(in):	Gisela Koop, ehem. Rehaklinik Lindenhof Katharina Imgraben	
Leitung:	Susanne Bunsch, Frauenbeauftragte	
Kosten:	Kreuzbundmitglieder	80,00 €
	Gruppenmitglieder	100,00 €
	Gäste	120,00 €

Liebe Weggefährtinnen, liebe Weggefährten,

zu diesem Seminar lade ich recht herzlich ein. Das Seminar beginnt am Freitagabend um 18:00 Uhr mit dem gemeinsamen Abendessen und endet am Sonntag nach dem Mittagessen um ca. 13:00 Uhr.

Anmeldungen werden entgegengenommen vom 01.04.2024 bis zum 15.05.2024.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Mit freundlichen Grüßen



Bernd Galowski
1. Vorsitzender

Anmeldungen per E-Mail an
oder per Post an

seminare@kreuzbund-dv-freiburg.de

Roland Wagner, Karl-Hermann-Zahn-Str. 34, 69168 Wiesloch


Seminarbeschreibung

Wut im Bauch

Frauenseminar

7. - 9.6.2024

St. Peter, Haus Maria Lindberg



WUT IM BAUCH

Jeder kennt dieses Gefühl, doch wie gehe ich damit um?

Einfach mal laut werden?

Dürfen wir das?

Wo wir doch zur lieben, netten und harmonischen Frau erzogen wurden?



Werde ich dann noch angenommen?

Wir Frauen haben gelernt unsere Wut wegzulächeln, aber ständig unterdrückte Wut macht krank, kann zu Depressionen, Magenschmerzen und Schlimmeren führen.

Doch wie umgehen, mit diesem starken, nagenden Gefühl, ohne verletzend zu werden oder gar auf unsere altbewährte Methode des „Hinunterschluckens“ zurückzugreifen?

In diesem Seminar möchten wir gemeinsam wirksame Strategien erarbeiten und einüben, um in Zukunft mit diesem Gefühl besser umgehen zu können und gesund zu bleiben.

Anfahrt

	<p>A5 (Frankfurt - Basel) bis Ausfahrt Freiburg-Nord, über Glottertal nach St. Peter, ca. 20 km ab Abfahrt Autobahn, von St. Peter noch ca. 3 km zum Lindenberg. Ab St. Peter der Beschilderung Lindenberg folgen.</p> <p>A81 (Stuttgart - Singen) bis Donaueschingen, über B 31 bis Hinterzarten, B 500 bis Thurner, dann Landesstraße nach St. Peter (über St. Märgen), ab Autobahn ca. 60 km, von St. Peter noch ca. 3 km zum Lindenberg. Ab St. Peter der Beschilderung Lindenberg folgen.</p>
	<p>Über Freiburg Hauptbahnhof bis Kirchzarten, dann weiter mit der Buslinie 7216, oder bis Denzlingen, danach weiter mit der Buslinie 7205.</p> <p>Haltestelle: St. Peter / Zähringer-Eck, von dort noch ca. 3 km zum Haus Maria Lindenberg.</p>