

Wochenend-Kurs

Selbstbehauptung



Wann: Samstag 1. Juli 2023 und
Sonntag, 2. Juli 2023

Uhrzeit: jeweils von 11 bis 14.30 Uhr

Wo: **Das Haus** Neuss,
Hammtorwall 18

Wer: Menschen ab 16 Jahren

Kosten: 25 € Kursgebühr

Anmeldeschluss 22.6.2023

Anmeldung an:

info@prima-arbeiten-und-leben.de

Um was es in diesem Kurs geht:

- Sich behaupten.
- Sich selber mögen.
- Sich selber wertschätzen.
- Nein sagen können und von anderen respektiert werden.
- Die eigenen Grenzen setzen - und die Grenzen anderer anerkennen.

Um was es **nicht** geht:

- Dies ist kein Selbstverteidigungskurs - es geht nicht ums Kämpfen, sondern um Respekt.

Veranstalter:

