



© Alena Darmel / Pexels via Canva

Es referiert Life & Focusing
Coach*in Birgit Kersting, die
Sie aus der Reihe **Dein
Lebenskompass** bereits kennen.

WWW.BIRGIT-KERSTING.DE

Gesunde Selbstachtung

DEN EIGENEN WERT ERKENNEN

Gesunde Selbstachtung ist der Schlüssel zu mehr Lebensqualität. In diesem Vortrag über Selbstfürsorge lernen wir, uns selbst besser wertzuschätzen und gute Grenzen zu setzen. Ein Schritt zu mehr Wohlbefinden!

TERMIN

16.07.2025 18:00 Uhr - 19:30 Uhr

Eintritt Frei!

ORT

**Markt 2.2: lokal, modern, inklusiv,
jung und alt**

Am Markt 22 41366 Schwalmatal

ANMELDUNG

02163 - 946 195

barbara.wenzel@schwalmtal.de

Weiterführende Informationen:

www.esf-regiestelle.de/esf-plus-2021-2027/staerkung-der-teilhabe-aelterer-menschen-gegen-einsamkeit-und-soziale-isolation.html

www.strategie-gegen-einsamkeit.de

www.schwalmtal.de

 Das Projekt Markt 2.2: lokal, modern, inklusiv, jung und alt wird im Rahmen des Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Kofinanziert von der
Europäischen Union