



Inhalte: Wie können Sie in Angstsituationen auf sich aufmerksam machen?
Welche Techniken helfen Ihnen, sich abzugrenzen und zu schützen?
Kurzer Blick auf die Möglichkeiten im Umgang mit unangenehmen Situationen

Datum: 13. Februar 2025 **Uhrzeit:** 14:00 - 17:00 Uhr

Ort: Pfarrsaal Salvator (UG), Schlesischer Platz 2a,
50737 Köln

Kosten: 10 €

Anmeldung erforderlich unter:

seniorennetzwerk-weidenpesch@drk-koeln.de oder 0170 228 5937