

ADRESSEN UND KONTAKTE

**Diakonisches Werk
Oberschwaben Allgäu Bodensee**

Fachbereich Psychologische Beratung

Weinbergstraße 10, 88214 Ravensburg

T + 49 751 95223-070

F + 49 751 95223-079

pbs@diakonie-oab.de

www.diakonie-oab.de

ANMELDUNGEN

zum Kurs melden Sie sich bitte per Mail
bei Frau Trunk an, unter:

m.trunk@diakonie-oab.de

Anmeldeschluss 31.05.2021

TERMINE

Freitag, 23.07.2021 / 18:00 – 21:00 Uhr

Freitag, 30.07.2021 / 18:00 – 21:00 Uhr

Freitag, 06.08.2021 / 18:00 – 21:00 Uhr

Freitag, 13.08.2021 / 18:00 – 21:00 Uhr

Freitag, 17.09.2021 / 18:00 – 20:00 Uhr

(Reflexionstermin)

VERANSTALTUNGORT

Haus der Evangelischen Kirche (HEK)

Weinbergstraße 10, 88214 Ravensburg

KOSTEN

Die Kostenbeteiligung je nach Teilnehmerinnenzahl
beträgt maximal 140 €.

*Sollten Sie einen Finanzierungszuschuss benötigen, zögern Sie nicht
uns anzusprechen, wir sind für Sie da!*

Diakonie 

Oberschwaben
Allgäu Bodensee

online



GRENZEN SETZEN – OHNE ZU VERLETZEN

Ein Seminar speziell für Frauen
zwischen 28 und 38 Jahren

Diakonisches Werk
Oberschwaben Allgäu Bodensee

©DW_PBS|2021

”

LASS DIR DEIN

Leuchten

NICHT NEHMEN,
NUR WEIL ES ANDERE
BLENDET.

(Verfasser Unbekannt)

Weitere Infos zur Anmeldung und Terminen
finden Sie auf der Rückseite oder auf unserer
Homepage unter www.diakonie-oab.de

Frauen sind freundlich, liebevoll, einfühlsam, nehmen stets Rücksicht auf die Bedürfnisse von anderen und kümmern sich liebevoll um die Menschen, die ihnen nahestehen.

Und auch im Beruf meistern Frauen zwar dieselben Herausforderungen wie Männer, sollten aber „weicher“ auftreten, denn diese Sensibilität zu leben, ist ein Teil des Frau seins...

**Finden Sie sich in diesen Erwartungen
an sich selbst wieder?**

**Ärgern Sie sich oft über sich selbst,
wenn Sie mal wieder nachgegeben haben, weil Sie
so schlecht „Nein“ sagen können?**

**Oder weil Sie nicht wissen, wie Sie Ihre Bedürfnisse
kommunizieren können, ohne Ihr Gegenüber zu verletzen
und/oder zu verärgern?**

Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie!

Hier treffen Sie auf andere Frauen in Ihrem Alter, die ähnliche Herausforderungen im Alltag zu bewältigen haben und lernen an vier Freitagabenden durch entsprechende Inputs und gezielte Übungen, wie Sie künftig zwar freundlich, aber bestimmt, Ihre eigenen Interessen vertreten können. Sowohl auf berufliche als auch auf private Themen bezogen.

Die Inhalte sind teilweise angelehnt, an die Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg.

