

**Menschen mit Behinderung gehen uns an:
Potenziale entdecken - fördern - erhalten**



Selbstbehauptungskurs für Menschen mit Behinderung

**Wir bieten in Ihrer Einrichtung
auf Sie zugeschnittene Selbstbehauptungskurse
für Gruppen von 8-12 Personen an.**

Was erwartet mich ?

- Das eigene Ich stärken, sich des eigenen Wertes bewusst werden
- Bedeutung der Körpersprache und ihrer Signale
- Eigene Grenzen erkennen und setzen
- Umgang mit der eigenen Angst
- Meine Fähigkeiten und Möglichkeiten kennen und erfolgreich nutzen
- Alltägliche Problemsituationen meistern

..... und das alles ohne sich zu blamieren

Konditionen bitte mit Christoph Przibylla besprechen.

Fragen und Anmeldung:

Stiftung Lebensspur e.V. - Landgrafenstr. 5 - 50931 Köln



**Telefon: Christoph Przibylla 0151 16837506
akademie@stiftung-lebensspur.de
www.stiftung-lebensspur.de**

Wir weisen darauf hin, dass dies kein Selbstverteidigungskurs ist!