

Diana Liebig
Gorkistraße 86
04347 Leipzig



Klang * Shiatsu * Coaching

Teilnahmebescheinigung

Das Team von socialhelp – Seniorenbetreuung Leipzig
hat am 12. März 2018
erfolgreich an der Fortbildung zum Thema „**Selbstfürsorge**“ teilgenommen.

Umfang: 2 Stunden

Inhalte:

Was heißt Selbstfürsorge?
Warum haben wir Selbstfürsorge verlernt?
Welche Probleme resultieren daraus?
Warum ist Selbstfürsorge unverzichtbar?
Welche Möglichkeiten kenne ich, gut für mich zu sorgen?
Selbstfürsorgetechniken und -übungen

Leipzig, den 12.03.2018

Diana Liebig