

Teilnahmegebühr:

Für Mitglieder	Euro	80.-
aus SH-Verbänden	Euro	80.-
Für Interessierte	Euro	160.-
Einzelzimmer		
zuschlag	Euro	30.-

Einzelzimmer werden nach Verfügbarkeit vor Ort verteilt

Sparkasse Bochum Linden
IBAN: DE81 4305 0001 0005 3024 01
BIC: WELADED1BOC

Bei den Seminargebühren handelt es sich um vergünstigte Gebühren, die durch die finanzielle Förderung des Landesverbandes und durch Krankenkassenzuschüsse ermöglicht werden. Die reguläre Seminargebühr beträgt € 180,00 pro Person.

Zahlungsbedingungen

Bei Rücktritt vor Seminarbeginn erheben wir immer

- Bei Abmeldung vor Anmeldeschluss eine Bearbeitungsgebühr von € 10.-
- Bei Abmeldung nach Anmeldeschluss eine Bearbeitungsgebühr von € 25.-

Stornogebühren nach Anmeldung

- ab 6 Wochen vor Veranstaltungsbeginn € 45.-
- ab 3 Wochen vor Veranstaltungsbeginn € 72.-
- ab 1 Woche vor Veranstaltungsbeginn € 126.-
- am Tag der Veranstaltung € 180.- pro Person, sofern der Platz nicht anderweitig belegt werden kann

Widerrufsrecht

Teilnehmende können ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen.

Der Widerruf ist schriftlich zu richten an
BKE Geschäftsstelle Mathiasstr.13; 44879 Bochum;
mail: g.milewski@bke-nrw.de

Organisatorisches

Verantwortliche Leitung:

Marianne Sasse

Bildungsreferentin; Diplom Sozialpädagogin

Referentin:

Frau Ina Rath

M.A., Dipl. Sozialarbeiterin, Sozialtherapeutin/Sucht

Seminarbeginn:

Freitag 28. 05. 2021 18.00 Uhr

Seminarende:

Sonntag 30. 05. 2021 14.30 Uhr

Heimvolkshochschule

„Gottfried Könzgen“

Annaberg 40

45721 Haltern

Anfahrt:

Bahn:

Aus Essen, Recklinghausen, Münster nach Haltern mit RB oder Stadtexpress(425). Von Haltern ca. 35 min Fußweg oder werktags mit Bus 214, 243,490.(Haltestelle Annaberg)

Auto:

aus Richtung Münster von der A 43 Abfahrt „Haltern“ auf die B 58 in Richtung Haltern. Nach 100 m rechts ab.

Aus Richtung Haltern in Richtung Dorsten, Wesel auf der B 58, unmittelbar vor der Auffahrt zur A 43 links abbiegen.

BKE

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Landesverband NRW e.V.

Mathiasstr. 13 | 44879 Bochum

Tel.: 0234 490427 | Fax: 0234 9422241

E-Mail: info@bke-nrw.de | Web: www.bke-nrw.de



SUCHTSELBSTHILFE
BKE



Bild BKE

Das Schönste an mir bin ich selbst

Frauenseminar 28.- 30. 05. 2021



Evangelische
Erwachsenenbildung

www.bke-nrw.de

„Als ich mich selbst zu lieben begann, habe ich mich von allem befreit, was nicht gesund für mich war, von Speisen, Menschen, Dingen, Situationen und von allem, was mich immer wieder hinunter zog, weg von mir selbst. Anfangs nannte ich diese Haltung „gesunden Egoismus“. Heute weiß ich, das ist SELBSTLIEBE.“ –

Charlie Chaplin



Bild BKE

Wieder alles falsch gemacht“
„Dafür bin ich nicht gut/ nicht klug genug.“
„Ich bin ganz schön dumm/ schüchtern....“

Manche von uns kennen diese Gedanken zur Genüge..

Und wenn uns das ärgert, uns im Wege steht, dann ist es Zeit sich mit dem Thema Selbstliebe auseinanderzusetzen.

Eine große Herausforderung in unserem Leben ist es immer wieder zu sich selbst zu finden und sich mit allen Ecken und Kanten zu lieben.

Um dieser Herausforderung zu begegnen, wollen wir an diesem Wochenende aussteigen aus dem Alltagstrott und uns selbst achtsam begegnen.

So können wir entdecken: das, das Schönste an uns, wir selbst sind.

Wir werden an diesem Wochenende Zeit und Raum haben unsere Seele baumeln zu lassen, Kraft zu schöpfen und Aufzutanken.

Wir nehmen uns Zeit für Entspannungsübungen, Phantasie Reisen, Stille, Achtsamkeit, aktuelle Fragen, Bedürfnisse und Kreatives.

Das Seminar kann helfen sich wieder ein Stück näher zu kommen und sein Leben mit mehr Selbstliebe, Lebendigkeit und Lebensfreude zu genießen.

... und nun nichts wie los und anmelden!

Anmeldung unter
bke-nrw.de/ evangelische
Erwachsenenbildung/
Seminarangebote

per mail an
veranstaltung@bke-nrw.de

Beratung
Marianne Sasse
m.sasse@bke-nrw.de
Tel 0234 9422240

Anmeldeschluss 01. 04. 2021