

Selbstmanagement-

Webinar

"Mit Selbstwirksamkeit
raus aus der Depression !"

- ☀ **Depressionsfaktoren verstehen**
- ☀ **Denkmuster positiv verändern**
- ☀ **Selbstwert & Selbstfürsorge erhöhen**
- ☀ **Konflikte & Emotionen bewältigen**
- ☀ **zurück zu Energie, Kraft & (Lebens)Freude**

am: 30.01.22
11 bis 14:00 Uhr
Kosten: ~~69€~~ p.P.

mit Corona-Rabatt: **49€**

Durchführung ab 8 TN

Anmeldung bitte bis
15.01.22:
praxistesmer@aol.com



Webinar auf edudip mit viel Interaktion,
Kamera, Mikro, & Vorerfahrungen nicht nötig!