

Abendliche Gesprächsgruppe für alleinlebende Frauen ab 55 im Café Glanz

Viele Frauen leben ganz bewusst und sehr erfolgreich alleine!

Es gibt natürlich das stille Glück mit sich selbst, jedoch fühlen sich viele Alleinlebende oft auch einsam. In kleiner Runde werden wir uns kreativ mit den **verschiedenen Facetten des Alleinseins** auseinandersetzen. Gemeinsam richten wir unseren Blick auf unsere Biografie und tauschen uns über unsere jetzige Lebenssituation sowie über individuelle Zukunftsperspektiven aus.

Was brauchen wir um Ausgeglichenheit und Zufriedenheit zu erleben?

Wie schaffen wir eine gesunde Balance zwischen Innen- und Außenwelt?

Themen wie das Wohnen im Alter, Freundschaften sowie das Gestalten der Freizeit wollen wir besprechen.

- Leitung:** Emma Waldburg, Erwachsenenbildung,
Familientherapeutin
- Termin:** 14-tägig, Mittwochabend 18.00 - 20.00 Uhr
ab Mittwoch, 8. Februar 2012
- Kosten:** 60,- Euro für 10 Treffen
- Ort:** siaf e.V.,
Sedanstraße 37,
81667 München
- Anmeldung erforderlich:** **bis 01.02.2012**
bei siaf e.V.
Tel. 45 80 25 - 0
E-Mail: info@siaf.de
www.siaf.de

