



BAHRENFELDER DREIECK



NACHBARSCHAFTSTREFF

Workshop zu Resilienz

Resilienz bedeutet - kurz gesagt - psychische Widerstandsfähigkeit.

Wodurch erkenne ich, dass mir diese Stärke fehlt? Und wie kann ich mehr innere Kraft aufbauen?

Der Workshop ist praxisnah gestaltet.

Wann? 24.01., 10.30 - 13.30 Uhr
(inklusive Mittagsimbiss)

Wo? Nachbarschaftstreff Bahrenfelder Dreieck,
Woyschweg 21/23, 22761 Hamburg

Referentin: Astrid Nourney

Bitte melden Sie sich mit Angabe der Personenzahl **bis zum 16.01.** über
miteinanderaktiv@altoba.de an.
Kosten: **5,- €** für MIA Mitglieder, **8,- €** für Nichtmitglieder

Nachbarschaftstreff „Bahrenfelder Dreieck“, Woyschweg 21/23 (Innenhof)
Tanja Wulf, Abteilung Kommunikation und Soziales,
Tel. 040/38 90 10-145 · twulf@altoba.de

Die Veranstaltung wird von **MIA Miteinander aktiv e.V.**, dem
Nachbarschaftsverein der Altonaer Spar- und Bauverein eG, unterstützt.


MIA
Miteinander
aktiv e.V.