



Seminar für Waldorfpädagogik im
Freien Bildungswerk Rheinland
Staatlich anerkannte Weiterbildungseinrichtung
Büro: Luxemburger Str. 190 · 50937 Köln
Tel. 0221/941 49 30
E-Mail: rausch@fbw-rheinland.de
www.waldorfseminar-koeln.de

Stress, Burnout und Depression

- Verstehen, Umgang, Bewältigung -

Unser Alltag, ob privat oder beruflich, wird immer kontrollierter, regulierter und komplexer. Hinzu kommt eine vielfältige Beeinflussung unseres Bewusstseins, sodass der Druck nicht nur von außen, sondern auch von innen zunimmt. Wir sind diesen Herausforderungen oft kaum noch gewachsen.

In diesem Seminar wollen wir durch ein tieferes Verstehen dieser Zeitphänomene Lösungen und Wege suchen, wie wir in dieser Situation bestehen, freie Ich-Kräfte entwickeln und wieder zu uns finden können.

Neuer Termin

- Termin:** Freitag, **19.03.2021** von 17:00 – 20:00 Uhr
Samstag, **20.03.2021** von 09:00 – 18:00 Uhr
- Dozent:** Dr. med. Hartwig Volbehr, Psychiater,
Psychotherapeut, Konstanz
- Ort:** Michaeli Schule Köln
Vorgebirgswall 4-8
50677 Köln
- Kosten:** 140 € pro Person
120 € p. P. bei Teilnahme ab 2 Personen einer Einrichtung
110 € p. P. bei Teilnahme ab 3 Personen einer Einrichtung
- Anmeldung:** Seminar für Waldorfpädagogik Köln,
Tel. 0221- 94 14 930, rausch@fbw-rheinland.de