



Stadt Dortmund

MEDIENINFORMATION

Pressestelle der Stadt Dortmund
Frank Bußmann (verantwortlich)
Südwall 21–23, 44122 Dortmund
Telefon: +49 (0)231/50-2 21 34
Telefax: +49 (0)231/50-2 21 67
E-Mail: pressestelle@stadtdo.de
Web: dortmund.de/presse

19.5.2023

919.

VHS Seminar: Das Selbstbewusstsein stärken

Das Seminar „Selbstbewusstsein stärken - durch mehr Selbstvertrauen und Selbstliebe“ am Samstag, 27. Mai von 11 bis 15 Uhr bei der VHS Dortmund enthält einen kleinen theoretischen Teil zur Ursache eines geringen Selbstbewusstseins. Das Hauptmerk liegt auf Übungen zur Selbsterfahrung und Anbahnung der eigenen Stärke. Interessierte lernen Erkenntnisse über sich selbst zu entdecken und Lösungen für eventuelle Probleme zu finden - für ein positiveres Lebensgefühl und Freude über das eigene Sein. Das Tagesseminar (Veranstaltungsnummer: 23-80277D) findet im Ev. Gemeindehaus Immanuel/Elias, Bärenbruch 17 - 19 in Marten statt.

Die Teilnahme kostet 26 Euro.

Anmeldungen sind online unter www.vhs.dortmund.de möglich.

Pressekontakt: Tanja Becker