

# Jetzt lass ich es mir richtig gutgehen! Warum Trennungen auch Chancen bergen.

---



Trennungen sind schmerzhaft und auch in vielen Fällen nicht einfach. Dennoch ist jede Trennung auch ein Neuanfang, eine Chance sich mit sich und seinen Wünschen und Bedürfnissen zu beschäftigen, ohne die eines anderen mitberücksichtigen zu müssen. Diese Zeit ist also genau richtig, dass Sie sich ganz in Ruhe mit dem Thema Selbstfürsorge beschäftigen zu können. Es ist eine Zeit, in der Sie Verletzungen aus der vorangegangenen Beziehung heilen können. Wie kann man besser entspannen, gut für sich Sorgen und es sich (auch allein) richtig gut gehen lassen?

Dieses Seminar ist für all jene, die nach einer Beziehung nach Orientierung suchen, besser für sich selbst sorgen möchten, runterfahren möchten und die Gelegenheit wahrnehmen, bei sich selbst ein Stück weit anzukommen. Das Seminar ist auch für all diejenigen, die reflektieren möchten, welche Werte ihnen für ihr Leben wichtig sind und Wege zu finden, wie sie es sich selbst richtig gut gehen lassen.

**Ort:**  
Frauenberatungszentrum Köln e.V.  
Friesenplatz 9  
50672 Köln

**Dozent:** Alexandra Schollmeier  
**Termine:** 09.09.17, 10:00 - 17:00  
**Kosten:** 95 €

**Anmeldung:** [info@partnerschaft-lernen.de](mailto:info@partnerschaft-lernen.de) oder 0178-3249370