



## **Raus aus dem Pflichtgefühl – Rein in die Selbstbestimmung**

### **- Impulsworkshop -**

Ein vertrautes Bild...? Wir sind für andere da, übernehmen Verantwortung, kümmern uns – doch für uns persönlich sorgen wir nicht, bleiben irgendwie auf der Strecke.

Pflichtbewusstsein ist förderlich für Gemeinschaft und Beziehungen– Pflichtgefühl hinderlich, denn Basis unseres Handelns ist nicht Freiwilligkeit, sondern das Erfüllen von Erwartungen.

Wir haben oft scheinbar keine Wahl – oder doch?

In diesem Workshop werfen wir einen Blick darauf, wie wir uns immer wieder selbst im Weg stehen und entwickeln Impulse, um aus diesem Kreislauf auszutreten. Es werden Anregungen gegeben, wie wir einerseits für andere da sein und gleichzeitig selbstbestimmt für uns sorgen können – als Basis für gute Beziehungen und Lebensfreude.

Zeit: Samstag, 27. April von 10:00 – 13:00 Uhr

Veranstaltungsort: fermate-beratung  
Ina Brodersen  
Kieler Straße 78 (Alte Bauschule)  
24340 Eckernförde

Veranstalter: Ina Brodersen

Thema: Gesundheit & Wellness

Eintritt: 15,- Euro

Anmeldung: Anmeldung ist erforderlich

Link zur Homepage: [www.fermate-beratung.de](http://www.fermate-beratung.de)

E-Mail: [brodersen@fermate-beratung.de](mailto:brodersen@fermate-beratung.de)

Telefon: 04351 – 888 9989 / 0152 0170 3086