

# „Ja“ zum „Nein“!

Samstag 21.01.2023 14.00 - 18.00 Uhr  
Ort KEFB, Getrudenhof 25, 44866 Wattenscheid  
Referentin Natalie Weissberg

## Ein Workshop zum Neinsagen



# Termin, Ort & Anmeldung

<b>Termin:</b>	<b>Samstag, 21.01.2023 14.00 – 18.00 Uhr</b>
<b>Ort:</b>	<b>KEFB Wattenscheid</b>
	<b>Getrudenhof 25, 44866 Wattenscheid</b>
<b>Referentin:</b>	<b>Natalie Weissberg</b>
	<b>Heilpraktikerin für Psychotherapie</b>

**melde dich bis zum 18.01.2023 an**  
**bei: [alexandra.schroer@bistum-essen.de](mailto:alexandra.schroer@bistum-essen.de)**

Bei diesem Workshop laden wir dich dazu ein,  
auch mal Nein zu sagen.

Wieso sagen wir so oft Ja, obwohl es im Bauch grummelt?  
Wieso setzen wir keine Grenze und hören auf das,  
was der Körper uns mitteilt?

Oft sind lange erlernte Glaubenssätze die Ursache für dieses  
Verhalten. Doch gerade beim Ehrenamt soll es um Spaß und  
Sinnhaftigkeit gehen.

Deswegen wird es Zeit, dass du dich mit deinen Glaubens-  
sätzen beschäftigst und zukünftig laut und überzeugt Nein  
sagst, wenn es mal wieder im Bauch grummelt.

Eine Gemeinschaftsveranstaltung der Ehrenamtsförderungen der  
Pfarreien St. Gertrud (Wattenscheid), St. Peter und Paul (Bochum) und  
St. Franziskus (Bochum-Süd) mit der Katholische Erwachsenen- und Fa-  
milienbildung in Bochum und Wattenscheid

