



Monika Dreier
 Telefon 02247-915211
 info@dreier-coaching.de

Selbständige Coach und
 Beraterin im Bereich der
 Persönlichkeitsentwicklung,
 Stressmanagement und
 Gesundheitsmanagement



Melanie Dix-Scherhag
 Telefon 02247-4495
 mebedix@t-online.de

Dipl. Sozialarbeiterin
 Vielen bekannt durch ihre
 langjährige Arbeit im
 DRK-Familienbildungswerk

Wir freuen uns auf Sie!



**Deutsches
 Rotes
 Kreuz**

im Rhein-Sieg-Kreis



Ortsverein
 Neunkirchen-
 Seelscheid/
 Much e.V.



Ohlenhohnstr. 46
 53819 Neunkirchen-Seelscheid
 Telefon 02247-912737
 Telefax 02247-912738
 info@drk-neunkirchen.com
 www.drk-neunkirchen.com



**Deutsches
 Rotes
 Kreuz**

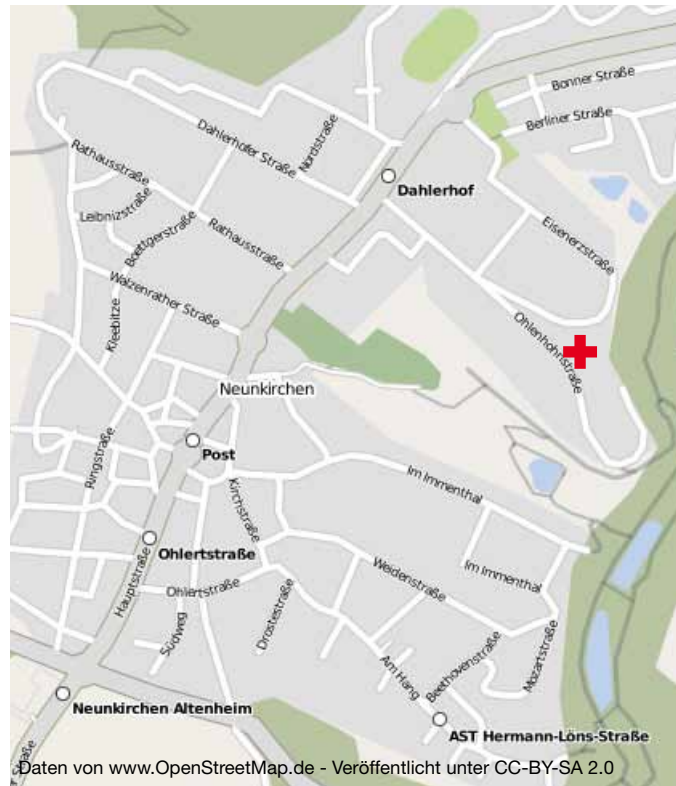
im Rhein-Sieg-Kreis



Ortsverein
 Neunkirchen-
 Seelscheid/
 Much e.V.



**Frauen 40 plus –
 Neue Wege gehen!**



Unser Angebot

Gerade für die Frauen über 40 fängt eine neue Lebensphase an. Es gibt neue Ideen, Erwartungen, Veränderungen oder Interessen. Dem Deutschen Roten Kreuz ist es ein Anliegen, Frauen in dieser Phase eine Plattform zu bieten. Für einen offenen Austausch bieten wir an:

Erfahrungsaustausch – Gruppentreffen:

Die Treffen finden immer

- + jeden 2. Dienstag im Monat von 10 bis 12 Uhr und
- + jeden 3. Donnerstag im Monat von 19 bis 21 Uhr statt.

Die Gruppentreffen sind ein kostenfreies Angebot. Anmeldung bitte bei Frau Dreier oder Frau Dix-Scherhag.

Kursangebot:

Für die persönliche Weiterentwicklung bieten wir folgende Veranstaltungen im Rahmen des DRK Familienbildungswerkes Rhein-Sieg an:

- + Wie bleibe ich geistig fit? Gesundheit, Aktivität und ein lebenslanges Lernen gehören dazu.
 - + Zuhören und handeln. Verstehen, was mein Gegenüber mir sagen will. Zusammen aktiv gestalten.
 - + Umgang mit Konflikten. Aus Konflikten lernen und konstruktiv streiten können.
 - + Mein Leben im Gleichgewicht. Gesund und glücklich – neue Schwerpunkte im eigenen Leben setzen.
 - + Wie organisiere ich mich richtig? Arbeitsorganisation und Zeitmanagement
- ... und vieles mehr.

Teilnehmergebühren und Termine finden Sie unter www.drk-familienbildung.de.

Kontakt – Beratung – Information:



Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Rhein-Sieg e.V.
Familienbildungswerk
Zeughausstr. 3
53721 Siegburg

Telefon 02241-5969-42
Telefax 02241-5969-79
familienbildung@drk-rhein-sieg.de
www.drk-familienbildung.de

Beratungszeiten:

Mo – Do 9 – 12 Uhr und 14 – 16 Uhr
Fr 9 – 13 Uhr

