# Offener Gesprächskreis für mentale Gesundheit und Stabilität

## *Neu in Hannover!*

In herausfordernden Zeiten ist es wichtig, sich mit den eigenen mentalen Belastungsthemen auseinanderzusetzen. Dieses Gesprächsformat bietet Ihnen die Möglichkeit, im geschützten Raum und durch Austausch mit anderen regelmäßig ihre persönlichen Baustellen zu bearbeiten.

Sie geben die Themen vor. Ich begleite Sie dabei als Coach, spiegelnd und hinterfragend und zeige Ihnen mögliche Handlungsoptionen auf, ggf. mit Hilfe von Modellen und Tools aus dem Coaching Bereich.

**1x monatlich dienstags, 18 – 20.15 Uhr in den Räumlichkeiten der Katholischen Familienbildungsstätte Hannover, Goethestr. 31**

Anmeldung und Termine unter **www.kath-fabi.de**

**Maximal 10 TeilnehmerInnen pro Termin. Unkostenbeitrag pro Abend pro Person 21 Euro.**

**Markus Ritter**

TÜV – zertifizierter Coach in der Arbeitswelt, Einzel,- Team – und Gruppencoaching, Workshops, Mediation, Gesprächs – und Moderationsformate, Kommunikationstraining

www.mritter-coaching.de

Info@mritter-coaching.de