

# *Ein Mann und seine Gefühle*



**team-f**



für Männer

01.11.2025  
10.00 – 17.00 Uhr  
in Hemsbach

# Ein Mann und seine Gefühle

»Gefühle bringen doch nur wieder alles durcheinander...« Doch sie sind nicht nur gottgewollt, sondern sie wollen uns auf etwas hinweisen und uns zum Handeln bringen. Welche Gefühle kenne ich? Wo finde ich meine Gefühle? Was sollte ich lernen, um gesund mit meinen Gefühlen umzugehen?

## Inhalte und Ziele





- Wozu braucht unser Körper, unsere Seele Gefühle?
- Übungen zur Wahrnehmung meiner Gefühle
- Lernen, im Einklang mit meinen Gefühlen leben zu können

## für

- Männer, die einen Zugang zu ihren Gefühlen erhalten möchten

69502 Hemsbach

**01.11.2025 – 10.00 – 17.00 Uhr**

-  EFG Hemsbach
-  Janis Marx
-  65,- € Seminargebühr pro Person, Selbstverpflegung
-  **25 731 91**



**Online-Anmeldung: [team-f.de](https://team-f.de)**

**team-f e. V.**

T. 02351 98 59 48-0

[info@team-f.de](mailto:info@team-f.de)