



## Thema:

# „Ich und Du - Selbstwertgefühl und Respekt“



„Das Selbstwertgefühl ist das A und O unseres Lebens,  
in der das Ich und das Du eine große Rolle spielen – doch die Folge ist:

Sind wir der Bedeutung unseres Selbstwertgefühls wirklich bewusst?

Im Referat wird gezeigt, wofür das Selbstwertgefühl ist, und wie es unser Verhalten zu uns selbst und anderen gegenüber beeinflusst. Zudem wird gezeigt, wie wir unser Selbstwertgefühl mittels gegenseitigem Respekt und optimaler Kommunikation stärken und stabilisieren können.“

**Referent: Sandra Friedrich (gl, Kommunikationscoach)**

**Wann?** *Freitag, 19. Oktober 2012*

**Ort?** *Bürgerhaus Kalk  
Kalk-Mülheimer Str. 58 in Köln-Kalk  
(1. Etage)*

**Einlass:** *ab 18.30 Uhr*

**Beginn:** *19.00 Uhr*

**Ende:** *22.00 Uhr*



**Eintritt: 3,00 Euro**

**VGKU-Mitglied: frei**

## Alle sind herzlich willkommen!

Verbindung: Mit dem Zug Bhf. Köln-Deutz, Haltestelle Bf Deutz / Lanxess arena / U-Bahn Linien 1 oder 9 bis Haltestelle Kalk Post aussteigen, Fußweg zum Bürgerhaus Kalk ca. 5 Minuten.

**Für Unfälle und sonstige Schäden übernimmt die VGKU keine Haftung!**

**Mehr Infos im Internet unter [www.vgku.de](http://www.vgku.de)**