# Seminare 2024

### Digitale Kompetenzen für Einsteiger

2 Tagesseminare

Ort: Bochum Wann: 20.04.2024
Ort: Köln Wann: 21.04.2024

Referent: Felix von Kirchbach

### Ernährung und seelische Gesundheit

1 Tagesseminar

Ort: Köln Wann: 4.05.2024

Referent: Matthias Latteyer

#### Viva Kreativa

2 Tagesseminare

 Ort: Bochum
 Wann: 11.05.2024

 Ort: Köln
 Wann: 18.05.2024

Referentin: Juli

### Ver\*rücktes Theater - Improvisation und Theater der Unterdrückten

2 Tagesseminare

Ort: Bochum Wann: 1.06.2024

21.09.2024 (neu!)

Referentin: Shrank Dernbach

## Gut schlafen - Einführung in die Schlafhygiene

1 Tagesseminar

Ort: Bochum Wann: 13.07.2024

Referentin: Nadine

# Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

Wochenendseminar

Ort: Köln Wann: 7./8.09.2024

Referentin: Isabel Klinkigt