Die ASB Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS) lädt ein:

Vergiss dein nicht –
Die Kunst der Selbstfürsorge als Schlüssel für Gesundheit und Schutz vor Burnout

Wir freuen uns sehr, Marlis Maria Brehmer erneut in der KISS begrüßen zu dürfen! Mit über 30 Jahren Erfahrung in der Erwachsenenbildung bringt sie heute als Trainerin, Therapeutin und seit 2017 auch als gefragte Keynote-Speakerin ihr umfassendes Wissen auf die Bühne.
Ihre zentralen Themen sind Stressfreiheit, Burnout-Prävention und Weiblichkeit. Besonders am Herzen liegt ihr, praxisnahe Anti-Stress-Techniken zu vermitteln und Wege aufzuzeigen, wie Burnout und Erschöpfung von Anfang an verhindert werden können.



Mittwoch, den 28. Oktober 2026

14:30 - 16:30 Uhr

ASB Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS)
Seminarraum
Dorfstraße 10 | 23968 Gägelow

Anmeldung über:
kiss@asbwismar.de | 03841-22 26 16
Eine Anmeldung ist erforderlich, die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Referentin: Marlis Maria Brehmer
Speakerin – Autorin – Therapeutin