

Die „Gesunde Gemeinde“ St. Stefan im Gailtal lädt gemeinsam mit dem Frauengesundheitszentrum Kärnten ein zum Impuls-Workshop:

„Wege zu mehr Gelassenheit“



Fühlen Sie öfters eine innere Unruhe und können schwer abschalten?
Sind Sie auf der Suche nach einem entspannteren Lebensgefühl?

Manchmal können schon einfache Übungen das körperliche und geistige Wohlbefinden positiv beeinflussen.
Dieser Impuls-Workshop fördert eine innere Haltung der Gelassenheit und Ruhe für eine bessere Bewältigung des Alltags.

Wann:

Dienstag, 13. September 2022
18.00 bis 19.30 Uhr

Veranstaltungsort:

Kultur- und Gemeindezentrum St. Stefan im Gailtal

Kostenfrei!

Begrenzte Teilnehmerinnen-Anzahl

Es gelten die aktuell gültigen Corona-Maßnahmen

Referentin: Barbara Hassler, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Kleinkindpädagogin, Bewegungstrainerin

Informationen und Anmeldung bis 07. September 2022:

Gemeindeamt St. Stefan im Gailtal, 04283/2120 oder unter st.stefan-gailtal@ktn.gde.at