

KOSTENLOS

Workshop

FÜR FRAUEN*

Fühlen Sie sich manchmal in ihrem Alltag überfordert? Wachsen Ihnen die Dinge über den Kopf? Fehlt Ihnen die Zeit für sich selbst?

Im Zeitrahmen eines Vormittages lernen Sie die Notwendigkeit von Entspannung, die Auswirkungen von Stress, sowie verschiedene Handlungsoptionen kennen.

Dieser Workshop soll Frauen* dazu ermutigen, selbst handlungsfähig zu werden und zu bleiben und so nachhaltig wirken.



BEWEGUNG





IMAGINATION



SINNESERLEBEN

ANMELDUNG:
l.schnedl@novum.co.at
0664/1022681

 Freitag, 22.09.2023 | 9-13 Uhr
 Heiligenstatt 2, 8850 Murau