

Entspannungsiseln für mehr Gelassenheit in der Beziehung



Bei vielen scheint der innere Akku permanent leer zu sein. Was tun, damit es gar nicht so weit kommt? Entspannungsiseln im Alltag helfen uns zu mehr Ausgeglichenheit und Geduld für eine liebevolle Partnerschaft. Im Workshop lernen wir kreative mentale Übungen kennen, gehen auf die Suche nach unserer ganz persönlichen Entspannunginsel und erhalten Tipps für mehr Ausgeglichenheit und ein positives Grundgefühl.

Zeit für uns zwei



Referentin: **Barbara Hassler**
Lebens-Sozialberaterin, Psychologische Beratung, Existenzanalyse, Bewegungstrainerin, Klinische Sexologin, Entspannungstrainerin

Samstag, 25. November 2023, 14 - 16 Uhr
Bildungshaus Sodalitas

Propsteiweg 1, 9121 Tainach

Freiwillige Spende

Es gibt die Möglichkeit der Kinderbetreuung. Bitte um Anmeldung!

Nähere Information und Anmeldung bis 17. November 2023:

stefanie.ruttinig@kath-kirche-kaernten.at, 0676/8772-2441



Katholische Kirche Kärnten
KATOLISKA CERKEV KOROŠKA
KATHOLISCHE AKTION



Katholische Kirche Kärnten
KATOLISKA CERKEV KOROŠKA
BISCHÖFliches SEELSORGEAMT

Referat Beziehung,
Ehe und Familie