

Kräfte sammeln für den Alltag

Müde und erschöpft? Du möchtest wieder frische Energie und Kraft tanken? Du möchtest eine Stunde lang an nichts denken – Zeit für Dich haben und „runter kommen“? Dann bist Du bei meiner Online-Wohlfühlstunde am Donnerstag genau richtig! Gemeinsam erleben wir eine Zeit mit angenehmen Entspannungsübungen, die uns zur Ruhe kommen lassen und uns zeigen, wo und wie wir unsere Kraft für den Alltag wieder auftanken können. Ich freue mich auf Euer Dabeisein.

ONLINE-Wohlfühlstunde mit Entspannungsgarantie
mit

Mag.^a (FH) Romana Ravnjak

Dipl. Gesundheitstrainerin und Sozialarbeiterin



DO, 25. März 2021, 19 Uhr

Wir bitten um Anmeldung beim EKiz Hermagor
unter 0660/54 91 644 oder kontakt@ekiz-hermagor.at

Bitte E-Mail-Adresse bekannt geben, dann
bekommen Sie den Zoom-Link zugesendet.

Die Kosten der Veranstaltung übernimmt
das Katholische Bildungswerk Kärnten.



Bundeskanzleramt



Eltern-Kind-Zentrum
Bezirk Hermagor



Katholische Kirche Kärnten
KATOLISKA CERKVA KOROŠKA