



WORKSHOPS

jeden 3. Mittwoch im Monat

17:30–19:30 Uhr

Mi., 19.02.

Der Kopf ist voll – ich muss, ich soll!
STOPP! Ab jetzt bin ich dran!

Mi., 18.03.

Ruhe finden – Stille genießen – Gesund bleiben
Damit es gelingt, abzuschalten und LOSZULASSEN.

Mi., 15.04.

Innere Unruhe und kaum Erholung im Schlaf?
Wie Sie mehr und mehr ENTSPANNEN können.

Mi., 17.06.

Endlich Rente! Und dann?
Den neuen Lebensabschnitt mit LEBEN füllen.

Teilnahmegebühr: 25,00 Euro

*Rechtzeitiges anmelden sichert gute Plätze.
Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt.*