

Einladung



zum VORTRAG und WORKSHOP

Stressbewältigung und Achtsamkeit

Den Herausforderungen des Lebens mit innerer Ruhe begegnen.

Stressbewältigung durch Achtsamkeit ist ein ganzheitlicher Ansatz, der hilft, mit belastenden Situationen konstruktiver umzugehen.

Die eindrucksvollen Auswirkungen auf das körperliche, seelische und geistige Wohlfinden sind wissenschaftlich belegt.



Mag. Monika Rass
Klinische- u. Gesundheitspsychologin
Psychotherapeutin

Mag. Inge Meiringer
Klinische- u. Gesundheitspsychologin
Psychotherapeutin



Donnerstag, 19. April 2018

im Gemeindesaal Neukirchen a.d.E.
um 19:00 Uhr

Der Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde Neukirchen an der Enknach
freut sich auf Ihr Kommen!

