

Entspannung pur: Fantasie-Reisen

Sie sehnen sich nach Entspannung, Ruhe und möchten den Anspannungen des Alltags entgegenwirken? Eine Fantasie-Reise und achtsame Minuten sind dann genau das Richtige!

Zur Entspannung und Meditation möchten wir Sie ganz herzlich einladen, eine Fantasie-Reise – geführt von Frau Wilma Nowitzky – kostenlos auszuprobieren. Eine Fantasie-Reise ist eine erzählte Geschichte, um zu innerer Ruhe und Entspannung zu gelangen.

Das Entspannungsangebot beginnt mit einer Körperentspannung nach Jacobsen, begleitet von Aromadüften.

Wir freuen uns auf Sie!

Veranstaltung:	Fantasie-Reisen
Ort:	Hindenburgstraße 56 41352 Korschenbroich Praxis „bewegt.in“
Datum:	12. November 2022
Uhrzeit:	17:00 bis 18:00 Uhr

Selbstverständlich ist die Veranstaltung kostenlos und steht allen Bewohner:innen Korschenbroichs offen.

Die Veranstaltung ist auf sechs Personen beschränkt, bitte melden Sie sich daher bis zum 26. Oktober bei Kirsten Kemna (k.kemna@zwar.org) an. Absagen bitte bis 24 Stunden vorher.

Bitte bringen Sie eine Iso- oder Yogamatte, bequeme Kleidung und ggfs. eine Decke mit. Sollten Sie Rückfragen haben, können Sie sich gerne jederzeit an uns wenden.

Hinweis:

Wir möchten zum Schutz aller Personen weiterhin auf die Abstand- und Hygieneregeln hinweisen und empfehlen einen freiwilligen Bürger- oder Selbsttest am Tag der Veranstaltung. Bitte kommen Sie nicht, wenn Sie Erkältungssymptome aufweisen.

Ansprechpartner:

ZWAR e. V.
Dr.in Kirsten Kemna
Steinhammerstraße 3
44379 Dortmund
Tel.: 0231/96131722
Mail: k.kemna@zwar.org

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V