



Achtsamkeit – ein guter Umgang mit mir selbst

Zur Achtsamkeit gehört das Innehalten und Hineinspüren in mein Dasein.
Der Weg zu mehr Selbsterkenntnis und zur Begegnung mit mir selbst
benötigt Raum und Zeit.

Durch mehr Aufmerksamkeit ermöglichen wir uns selbst, das Angenehme
in uns wachsen zu lassen und innere Kräfte zu entwickeln.

Freitag 30.11.2018, 09.00-12.00 Uhr

Referentin: Dr.ⁱⁿ Ruth Leodolter-Stangl

Max. Teilnehmerinnenzahl: 10 Personen

Anmeldung unter 03352/33855 bei Frau Seper oder Frau Hutter

FRAUENBERATUNGSSTELLE OBERWART
Prinz Eugen-Straße 12, 7400 Oberwart
Telefon: 03352-33855
info@frauenberatung-oberwart.at
www.frauenberatungsüdbgld.at