

Ich nehme mir Zeit, meine Kraftquellen zu finden.

In Entspannung und Achtsamkeit kann Vertrauen in mich selbst und das Leben wachsen.

Diese Gruppe soll Ihnen:

- Zeit für sich selbst geben
- Raum, auf sich zu achten, sich zu spüren
- Ihre Kräfte kennen zu lernen
- Ihre Lebensfreude zu stärken

Sie können Ihr Selbstvertrauen stärken und Übungen dazu in Ihren Alltag mitnehmen.

Eine neue Gruppe startet am 18.September 2017!

Interessierte Frauen nelden sich bitte unter 0 52 21 □ 14 43 65

Gruppenleitung:

Christine Garberding
Dipl. Sozialpädagogin
Traumaberaterin

Lena Mazurkiewicz
B.A. Erziehungswissenschaftlerin