



# Achtsam durch die Weihnachtszeit

Datum: Samstag, den 03.12.2022

Uhrzeit: 11:00 - 13:00 Uhr

Ort: Therapeutikum, Bubenreuth

## Was dich bei uns erwartet:

- **Workshop Stressmanagement**
- **Entspannungstraining**
- **Gesunde Snacks**

Du willst an unserer Veranstaltung teilnehmen?

Dann melde dich im Therapeutikum an!

Wir freuen uns auf dich.

Teilnahmegebühr:

Über eine Spende würden wir uns freuen.

Deine Gesundheitspsychologinnen Nicole & Viola