



Themenwanderung Herzensangelegenheiten

Samstag, 01.10.2022 14:00 Uhr

Treffpunkt: Dorfhaus Oberstinkenbrunn

Mag. Sabine Schuster, Gesundheitsmoderatorin

Diese Themenwanderung orientiert sich an den 10 „Herz-Lustfaktoren“ von Dr. Georg Wögerbauer (Allgemeinmediziner und Psychotherapeut) und soll Mut zu einem selbstbestimmten und lustvollen Leben, wo das Herz viel Platz hat, machen.

Die Impulse auf der Wegstrecke beinhalten u.a. die Themen:

- Herzrhythmus (Takt und Rhythmus im Lebenszyklus und beim Gehen)
- kann ich herzhaft genießen & lachen (Genuss & Humor)
- Gemeinschaftssinn erleben (Teamgeist stärken)
- Achtsamkeit im Umgang mit mir und den anderen
- Wofür klopft mein Herz? Was erwärmt mein Herz?

Dauer: ca. 3 Stunden | max. 25 TeilnehmerInnen | Teilnahmegebühr € 5,00

Anmeldung bis 25.09.2022 unter brigitte.tuschl105@gmail.com

Garantie eines Fixplatzes erst nach Überweisung der Teilnahmegebühr auf das Konto der Gesunden Gemeinde Wullersdorf

AT36 3232 2001 0141 5108 Betreff „Herz“

**GESUNDES
WULLERSDORF** |

