
Bäuerinnentreff für alle Generationen und für alle Bäuerinnen!

Wir wollen uns vernetzen und uns gut aufgehoben fühlen in einer Gemeinschaft gestärkt von guten Gedanken und kraftvollen Impulsen. Nehmen wir uns die Zeit zum Austausch und holen wir uns wertvolle Inputs, wie "stressfreie Frauenpower" im Alltag gelingen kann!

Müde, erschöpft, genervt und gestresst? Ausgepowert?

Das muss nicht sein! Was stress bedeutet, wie er sich bemerkbar macht und welche Möglichkeiten es gibt um Stress entgegenzuwirken, ist Inhalt dieses Webinars. Leichte und schnelle Übungen für zwischendurch können vorbeugend eingesetzt werden, damit "Frau" wieder voll Power durchstarten kann.

Anmeldungen und Rückfragen bei den neuen Bildungsreferentinnen der Gemeinde Finkenstein: BR Maria Oschgan (0650/5915000) und BR Julia Zollner (0664/2162723)!

Information

Kursdauer: 4,5 Einheiten

Kursbeitrag: Kostenlos

Fachbereich: Persönlichkeit & Kreativität

Verfügbare Termine