

Die „Gesunde Gemeinde“ Hermagor lädt gemeinsam mit dem Frauengesundheitszentrum Kärnten ein zum Impuls-Workshop:

## „Wege zu mehr Gelassenheit“



Fühlen Sie öfters eine innere Unruhe und können schwer abschalten?  
Sind Sie auf der Suche nach einem entspannteren Lebensgefühl?

Manchmal können schon einfache Übungen das körperliche und geistige Wohlbefinden positiv beeinflussen.

Dieser Impuls-Workshop fördert eine innere Haltung der Gelassenheit und Ruhe für eine bessere Bewältigung des Alltags.

### Wann:

Dienstag, 27. September 2022  
18.00 bis 19.30 Uhr

### Veranstaltungsort:

Rathaus Hermagor, Sitzungszimmer (1. Stock)

### Kostenfrei!

### Begrenzte Teilnehmerinnen-Anzahl

Es gelten die aktuell gültigen Corona-Maßnahmen

**Referentin:** Barbara Hassler, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Kleinkindpädagogin, Bewegungstrainerin

### Informationen und Anmeldung bis 22. September 2022:

Stadtgemeinde Hermagor, Gaby Zerza, 04282 – 2333 237 oder unter [gaby.zerza@hermagor.at](mailto:gaby.zerza@hermagor.at)