



ONLINE WOHLFÜHLSTUNDEN IM ADVENT

Liebe und Licht

Die Wohlfühlstunden in der Adventszeit bieten achtsame Anleitungen, die dazu einladen, die Hektik des Alltags hinter sich zu lassen. In einer gemütlichen Atmosphäre können Sie ganz im Hier und Jetzt ankommen, stärkende Atem- und Entspannungsübungen kennenlernen und eine wohl-tuende Zeit voller Licht und Liebe genießen.



DIESENSTAG IST
WOHLFÜHLTAG!

Termine:

DI, 26. November, 3., 10.
und 17. Dezember 2024
jeweils 19.30–20.30 Uhr

Ort: ONLINE via ZOOM
Link und Zugangsdaten werden
nach der Anmeldung zugesandt.

**Entspannende ONLINE-
Wohlfühlstunden mit:**

Mag.^a (FH) Romana Ravnjak

Diplomierte Gesundheitstrainerin für
Entspannung und Sozialarbeiterin



ANMELDUNG: unter ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at

INFORMATIONEN: bei Katharina Wagner unter 0676 8772 2407 oder katharina.wagner@kath-kirche-kaernten.at

KOSTEN: Dank Förderungen kostenfrei. Jeder Wertschätzungsbeitrag unterstützt unsere Bildungsarbeit.

Überweisung an: Katholisches Bildungswerk Kärnten | AT62 3900 0000 0106 6760

WICHTIGER HINWEIS: Die Wohlfühlstunden können das Wohlbefinden erhöhen,
ersetzen aber keine individuelle Beratung oder Behandlung. Mehr dazu auf unserer Homepage.

