

Walk and Talk

Achtsame Kommunikation und Wahrnehmungsübungen



**"Mit allen Sinnen
im Hier und Jetzt"**

05. Juni 2018 – 18:30 Uhr
Treffpunkt: Rathausplatz Gresten

Während wir gesundheitsfördernde Schritte bewältigen, wollen wir im Alltag innehalten, aktives Zuhören üben und durch bewusstes Wahrnehmen unsere Sinne schärfen.

Bitte kommen Sie mit wetterfester Bekleidung und festen Schuhen.

Ich freue mich auf einen gemeinsamen Spaziergang der besonderen Art und bitte Sie um Anmeldung unter Tel: 0650/8910425

Gabriela Oelmann



EINTRITT FREI!