

# Kraft der Psyche: Motivation zur Bewegung

## 18. Oktober 2017, 18:30 Uhr

Magistrat der Stadt Waidhofen, Großer Sitzungssaal  
3340 Waidhofen, Oberer Stadtplatz 28



### Vortragender: Dr. Norman Schmid, Klinischer- und Gesundheitspsychologe

- » Psychologie der Motivation – Motivationsförderer bewusst einsetzen
- » Wie Bewegung das psychische Wohlbefinden fördert
- » Überwindung persönlicher Hindernisse
- » Achtsamkeitsübungen und praktische Tipps

### Eintritt frei!

Anmeldung erforderlich unter Tel.: 050 899-0154 oder  
unter [amstetten@noegkk.at](mailto:amstetten@noegkk.at)

