



SELF CARE

Ein Tag für Dich

SAMSTAG, 27. APRIL 2024

10 - 15 UHR

LANDHOTEL HELMS

ALTENSALZKOTH 7, 29303 BERGEN

Genieße an diesem Tag die Ruhe, tanke Kraft und hole tief Luft.
Gönn dir einen Tag nur für Dich!

GLÜCK

VORTRAG VON MARTINA BELLING

ENTSPANNUNG

WORKSHOP VON KATHARINA GATHMANN

ERNÄHRUNG

WORKSHOP VON ANNA-LENA HOLLO

Es wird ein Kostenbeitrag von 50,00 € in bar vor Ort erhoben.
Darin enthalten ist das Mittagessen, Getränke und ein kleines Präsent.

Anmeldungen bitte bis zum 19. April an
Frauke.Gerstenkorn@lwk-niedersachsen.de