

Wir laden ein zu

## “Take a Rest”

Die gesunde Mittagspause

an **3 Donnerstagen**, von 12.30 bis 14.00 Uhr

...öffnen wir unsere Räume für eine gesunde Mittagspause.

Besonders geeignet für Neugierige und Skeptikerinnen zum Kennen lernen der 5 Elemente Küche, aber auch für Anhängerinnen, die Altbewährtes genießen wollen.

### Termine

- Donnerstag, 20.10.2011
- Donnerstag, 24.11.2011
- Donnerstag, 26.01.2012

Nach einem kleinen theoretischen Input zur Ernährung nach den 5 Elementen gibt es Suppe oder Eintopf, dazu Tee, feine Musik, Möglichkeit zur Entspannung, Gespräche mit Frauen.

Unkostenbeitrag · je € 7.- (bar zu zahlen) · Ort · Treffpunkt Frauengesundheit · Teilnehmerinnen · max. 10 · Anmeldung - **unbedingt erforderlich** - bis eine Woche vor dem Termin unter frauengesundheit@psychotherapie-ibk.at

· mit allen sinnen ·



**weitere Angebote** · 5-Elemente-Küche für eilige Genießerinnen · Was hält mich gesund? · Berühren-berührt werden-berührt sein · Scharfsinnig - den blinden Flecken auf der Spur · Der Tau des Himmels · Yoga@Home · Geschichten, die unsere Füße erzählen

Die Veranstaltungen sind als Modulsystem aufgebaut, sodass Sie sich Ihr Gesundheitspaket individuell zusammenstellen können. Ihre Anmeldung ist fix, wenn Sie den Kursbeitrag auf unser Konto bei der BTV BLZ 16000, Ktonr. 00116042649 lautend auf Praxisgemeinschaft Dr. Rita Schwarz einzahlen.