

EINLADUNG IM RAHMEN VON "GESUNDE GEMEINDE"

FASTEN: NEUSTART FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

Montag, 22. Jänner 2024

Beginn: 19 Uhr

im Rüsthaussaal St. Jakob

Eintritt: Freiwillige Spende

Referentin: Elke Steinmann

Dipl. Ernährungs- und Mentaltrainerin

Ärztlich geprüfte Fastenleiterin

Diplom Humanenergetikerin

Peter-Hess-Klangschalen-Praktikerin



Dabei werden Fragen beantwortet wie:

- Was ist Fasten?
- Welche Wirkung hat Fasten auf Körper, Geist und Seele?
- Welche Fastenformen gibt es?
- Wer kann fasten?

Neben allgemeinen Informationen zu gesundheitsförderlichen Effekten des fastlichen Verzichts wird es an diesem Abend auch darum gehen, das Interesse der BreitenauerInnen an möglichen Folgeangeboten abzuklären. Bestenfalls wird es aufbauend auf den Vortrag z.B. noch eine Online-Fastenbegleitung geben. Seien Sie dabei!

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnahme und wünschen gute Gesundheit!
Mit freundlichen Grüßen

Für das Team von "Gesunde Gemeinde"

Angelika Posch
Sonja Ebner
Irene Elisabeth Höfer



Werbefläche

Ballsaison & Fasching in der Breitenau –
Bälle – Fasching – weitere Infos auf www.breitenau-aha.at