




Gemeinsam entspannen!



Finde deine innere Ruhe in unserer kleinen
Entspannungsgruppe!

Hier lernst du, durch verschiedene
Entspannungsmethoden, den Alltag lozulassen und, dass
kleine Pausen eine große Wirkung haben können.



Für wen? Alle Kinder und Jugendliche, die etwas Stress
abbauen möchten

Wann? Nach Absprache

Wie oft? 6x

Wo? Hier in der psychotherapeutischen Praxis!

Kursleitung: Marie Winkelmann, B.Sc. in Psychologie



Kosten? 180€ für 6 x 50 Minuten

Anmeldung telefonisch unter 0211 / 17803112



HINWEIS: KOMM IN BEQUEMER
KLEIDUNG UND BRING, WENN DU
MAGST, DEIN LIEBSTES
KUSCHELTIER MIT :)

