

Sabine Bomblat, Heilpraktikerin für Psychotherapie, lädt Sie ein zu diesen 2 interaktiven Vorträgen:



Trotz Stress in Form bleiben: Lässig statt stressig!

12. Juni, 17.00 – 18.30

Kann ich etwas tun, um richtig in Stress zu geraten? Stress, was ist das überhaupt? Was kann ich beeinflussen? Und wie? Das klären wir in diesem Vortrag.

Resilienz stärken

10. Juli, 16.15 – 17.45

Was ist Resilienz? Ob Resilienz und ein Schwamm etwas gemeinsam haben, lösen wir in diesem Vortrag. Dazu machen wir ein eindrucksvolles Experiment.



Erleben Sie 90 Minuten interaktiv, mit einer gesunden Mischung aus Theorie, Möglichkeiten zum Mitmachen und zur Selbsterkundung.

Alles ist kostenfrei: Herzlich willkommen!

Melden Sie sich an der Ausleihe, wir bringen Sie gern zum Seminarraum.

Ort:

Stadtbibliothek Göttingen
Gotmarstraße 8
37073 Göttingen

So kannst Du Dich anmelden:

Mail an: bibveranstaltungen@goettingen.de oder bomblat@web.de

*Sehr geehrte Damen und Herren,
ich möchte am Vortrag von Sabine Bomblat teilnehmen:*

- **Trotz Stress in Form bleiben: Lässig statt stressig! 12. Juni, 17.00 – 18.30.**
- **Resilienz stärken. 10. Juli, 16.15 – 17.45.**

Bitte setzen Sie mich auf die Liste.

Mit freundlichen Grüßen ...

Zu umständlich? Komm einfach so vorbei!