



Was zehrt – was nährt

Innehalten.
Wahrnehmen.
Auftanken.

Was gibt uns Kraft, was kostet uns Energie?

Mit kurzen Impulsen und einfachen Übungen erforschen wir, was uns stärkt und wo wir besser für uns sorgen können.

Dauer: 2 Stunden

Datum: 07. April von 18 bis 20 Uhr

Ort: PZ Lohne

Kosten: 20€



Die kfd Lohne bietet allen Interessierten einen Workshop mit Andrea Rakers an zum Thema „Was zehrt – was nährt?“
Anmeldung bei Kerstin:
(+49)1577 4390082 bis zum 22. März 2026



mit Andrea Rakers
Dipl.Päd – Theaterpäd.
Klinische Theatertherapeutin
www.andrea-rakers.de