



MARKTGEMEINDE
ORTH AN DER DONAU

GESUNDES
ORTH AN
DER DONAU



EINLADUNG: Webinare „Mental Fit“

Der Arbeitskreis Gesunde Gemeinde Orth lädt Sie, liebe Ortherinnen und Orther, aufgrund der besonderen Umstände diesmal zu mehreren „Tut gut“ – Webinaren unter dem Titel „Mental Fit“ ein.

Eine Anmeldung erfolgt unkompliziert über folgenden Teilnahme-Link:
www.noetutgut.at/mentalfit.

Einfach auf das gewünschte Thema klicken, dann wird man Schritt für Schritt weitergeleitet, ist registriert und man bekommt einen Zoom-Link zugeschickt. Sämtliche Themen sind bis Jahresende unter demselben Link zum Nachschauen verfügbar. Beginn ist jeweils um 19:00 Uhr.

Di.16.11.2021 „**ICH – einmal anderes!**“

Alltagsroutinen, Alltagstrott und was ich daran ändern kann
Mag. Daniel Gajdusek-Schuster
(Gestaltpädagoge, Trainer, Performancekünstler)

Mo.29.11.2021 „**Weisheit kennt kein Alter!**“

Die zweite Lebenshälfte mit Freude meistern“

Mag.^a Sabine Schuster
(Gesundheitspädagogin, Erwachsenenbildnerin, Achtsamkeitstrainerin)

Di.14.12.2021 „**Herzensangelegenheiten“ Wofür und für wen klopft mein Herz? Und was bringt mein Herz zum Lachen?**“

Mag.^a Natalia Ölsböck
(Psychologin, Trainerin, Autorin)

Wir sind sicher auch für Sie ist etwas Interessantes dabei und wünschen Ihnen informative und entspannende Stunden bei den Webinaren.

Das Team der Gesunden Gemeinde

GESUNDES
ORTH AN
DER DONAU

