



Frauenkreis zur Entspannung

Samstags, 16 Uhr im Bistro

(außer jeden 3. Samstag wegen des Seniorenkinos)

Musik zum Entspannen
Leichte Bewegungsübungen
Verschiedene Entspannungsübungen
Traum- und Fantasiereisen
Spirituelle Geschichten und Märchen
Einfaches Zeichnen/Malen und Schreiben
Gesundheitstipps und noch viel mehr!

Anna Tastsoglou, Erzieherin und Gesundheitsberaterin, verbringt gemeinsam mit Ihnen eine Stunde, in der Sie den Alltag vergessen und relaxen können. Das Angebot ist kostenfrei.
Eine Spende an das zentrum plus Flingern-Düsseltal wird gern gesehen.

„ZENTRUM PLUS“ FLINGERN-DÜSSELTAL
GRAFENBERGER ALLEE 186
INFORMATION: TELEFON 66 67 87 WWW.ZENTRUM-PLUS-DIAKONIE.DE
STRAßENBAHN: 703, 712, 706, BUS: 737, HALTESTELLE LINDEMANNSTR.

DIE „ZENTREN PLUS“ WERDEN GEFÖRDERT VON DER LANDESHAUPTSTADT DÜSSELDORF.