



Unternehmerfrauen im Handwerk
und Mittelstand - Mittelbaden

1. Vorsitzende Annette Hermes-Schmid
Wilhelm-Drapp-Str. 26 | 76532 Baden-Baden
Telefon 07221 968666
info@ufh-mittelbaden.de
www.ufh-mittelbaden.de

ufh Mittelbaden, Wilhelm-Drapp-Str. 26, 76532 Baden-Baden

15. Oktober 2018

Einladung

Liebe Kollegin,

heute laden wir Sie ganz herzlich zu unserer nächsten Veranstaltung ein:

Oasen im Alltag

am **Montag, den 19. November 2018 um 18:30 Uhr**
in 76571 Gaggenau-Ottenau, Max-Roth-Straße 14 (Elektro Dreher)

Lernen Sie kleine Oasen der Ruhe kennen und gehen Sie mit mehr Gelassenheit durch den Alltag. In diesem Training werden kurze Entspannungsmethoden vorgestellt, die sich ohne großen Aufwand nahezu überall durchführen lassen. Die Übungen sind aus unterschiedlichen Bereichen zusammengestellt. Es erwarten Sie z. B. Atem- und Muskelentspannungs- sowie Visualisierungs- und Aktivierungsübungen für Körper, Geist und Seele.

Bei einem Imbiss und Gedankenaustausch lassen wir den Abend ausklingen; Ende wird gegen 21 Uhr sein. Unterstützt wird der Abend von der IKK classic sowie von unserer Mitgliedsfrau Jutta Dreher, die uns die Räumlichkeiten zur Verfügung stellt – hierfür ein herzliches Dankeschön!

Anmeldungen bitte bis zum 09.11.2018 an Annette Hermes-Schmid

E-Mail: info@ufh-mittelbaden.de
Telefon: 07221 968666

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Herzliche Grüße

Ihr ufh-Vorstandsteam

Annette Hermes-Schmid