

KREATIV-WORKSHOP FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

INSEL IM ALLTAG

**Sich selbst eine kurze Auszeit nehmen.
Tanzend, malend oder schreibend das
Innehalten zelebrieren und dabei die eigenen
körperlichen, mentalen und emotionalen
Ressourcen entdecken, stärken und sichtbar
machen.**

Mit Ute Frederich, Kunstgeragogin, Performerin und Dozentin für Erwachsenenbildung



45 Euro
inkl.
Verpflegung
& Material

im
Haus St. Antonius
Grünebaumstraße 1
in 33098 Paderborn

Anmeldung bei der Sozialraumberatung
Alter & Pflege

des Caritasverbandes unter
0151-62431569 oder
koap-paderborn@caritas-pb.de



KREATIV-WORKSHOP FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

INSEL IM ALLTAG

**Sich selbst eine kurze Auszeit nehmen.
Tanzend, malend oder schreibend das
Innehalten zelebrieren und dabei die eigenen
körperlichen, mentalen und emotionalen
Ressourcen entdecken, stärken und sichtbar
machen.**

Mit Ute Frederich, Kunstgeragogin, Performerin und Dozentin für Erwachsenenbildung



45 Euro
inkl.
Verpflegung
& Material

im
Haus St. Antonius
Grünebaumstraße 1
in 33098 Paderborn

Anmeldung bei der Sozialraumberatung
Alter & Pflege

des Caritasverbandes unter
0151-62431569 oder
koap-paderborn@caritas-pb.de

