



HERZLICHE EINLADUNG ZU UNSERER SEMINARREIHE AUTISMUS

Auch in diesem Jahr bieten wir unseren Mitgliedern zum Ausklang einen Entspannungsabend an unter dem Motto

„RUHEPUNKTE – HILFEN GEGEN STRESS“

MIT UNSERER ENTSPANNUNGSTHERAPEUTIN DIPL.SOZ.PÄD. DAGMAR SCHLENTER

FREITAG, 23.11.18, 18-21.30 UHR, ATZ RHEIN-WUPPER, GERRESHEIMERSTR. 20B, 40721 HILDEN.

Neben angenehmer Entspannung finden Sie Gelegenheit zum Austausch und werden sicherlich die eine oder andere Anregung auch für Ihre Angehörigen mitnehmen können.

Sie bekommen u.a. Einblicke in:

- verschiedene Entspannungs- und Atemtechniken sowie
- einfache Yoga-Übungen.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie warme Socken, eine Decke und evtl. ein Kissen mit. Die Teilnahme ist wie immer kostenfrei, jedoch freuen wir uns über einen freiwilligen Kostenbeitrag.

Zur Vorbereitung erbitten wir Ihre **Anmeldung bis zum 19.11.18 per Brief, Fax, Tel. oder Mail.**

Mit freundlichen Grüßen

Dorothee Dann

Vorsitzende

PS 1: Bitte planen Sie genug **Zeit zur Parkplatzsuche** ein, da wir pünktlich starten möchten.

PS 2: Bitte beachten Sie die beiliegende Einladung zur Jahreshauptversammlung