

Online- **Entspannungsabend** **für** Eltern " Ganz bei mir"

Die Eltern- und Familienbildung der Stadt Rastatt bietet in Kooperation mit Frau Lisa Stolz einen Online-Entspannungsabend für Eltern an.

Inhalt:

- Ruhesequenzen für Eltern im herausfordernden Alltag
- Fantasiereise
- Klangschaleneinheiten

Wann: Freitag, 26.03.2021, 19 Uhr

Referentin:

- Frau Lisa Stolz, Erzieherin und Entspannungspädagogin-Studio "Zeit und Raum Kind zu sein"

Sie erhalten vor Beginn der Veranstaltung den entsprechenden Einladungslink per Mail, um über einen PC, einen Laptop oder ein Smartphone an der Veranstaltung teilnehmen zu können. Das Online-Format wird über die Videokonferenzplattform „Zoom“ angeboten.

Eine Yogamatte oder Decke wäre von Vorteil.

Teilnahmegebühr: 8 Euro

Anmeldung bis zum 24.03.2021:

Lisa Stolz
E-Mail: lisastolz08@gmail.com
www.lisa-entspannung.de