

Naturcoaching für Frauen*

mit und ohne Fluchterfahrung



**frauen
notruf**
gegen sexuelle Gewalt an
Frauen und Mädchen e.V.
heidelberg

Ein Angebot des Frauennotrufs gegen sexuelle Gewalt an Frauen und Mädchen e.V. zur Stärkung der persönlichen Resilienz und Achtsamkeit im Alltag

Resilienz und Achtsamkeit im Alltag

Resilienz ist die Fähigkeit der Menschen Krisen zu meistern und an ihnen zu wachsen. Neben unserem Körper können wir auch unsere Seele stärken und lernen, uns von Stress besser zu erholen. Die Natur steigert nach nur wenigen Minuten unsere Stimmung und Kreativität und stärkt unseren Körper.

Kostenlos

Termin: 12.02.2023

Zeitraum: 10.30-15 Uhr

**Treffpunkt: Tourismusinformation,
Hauptbahnhofvorplatz**

**Anmeldung bei dem Frauennotruf
Heidelberg unter [info@frauennotruf-
heidelberg.de](mailto:info@frauennotruf-heidelberg.de) oder 06221-181622**

Anmeldung bis spätestens 08.02.2023



Gefördert durch das Land Baden-
Württemberg, Ministerium für Soziales,
Gesundheit und Integration



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION