



ISGS Bruck an der Mur

Bruck an der Mur, Pernegg an der Mur,
Breitenau am Hochlantsch,
Tragöß - St. Katharein

Frauen-Themen-Frühstück

Erfahren Sie Neues und Altbewährtes zum Thema Gesundheit, plaudern und diskutieren Sie mit Gleichgesinnten und Fachleuten, knüpfen Sie neue Bekanntschaften und genießen Sie ein kleines Frühstück in gemütlicher Damenrunde!



Mit Achtsamkeit durch unsere digitale Welt

Immer erreichbar, immer online zu sein bedeutet Segen und Fluch zugleich. Kaum jemand entzieht sich heute mehr gänzlich der digitalen Welt.

Achtsamkeit stellt einen gesunden Gegenpol dazu dar.

Mag.^a Elke Ferstl

Publizistin, Beraterin, MBSR-Achtsamkeitslehrerin

24.01.2019 9:00 – 11:00 Uhr

Pensionisten- und Pflegeheim Grazer Straße 12

Bruck an der Mur

Unkostenbeitrag: 5 € - für Mitglieder: 4 €

ISGS Bruck an der Mur

Frauen- und Familiengesundheitszentrum

Frühzeitige **Anmeldung** erforderlich!
Begrenzte Teilnehmerzahl

Erzherzog-Johann-Gasse 1

8600 Bruck an der Mur

E-Mail: ffgz@isgsbruck.at

Web: www.isgsbruck.at

Mobil: 0664 / 5432832

Tel: 03862 / 59287