



Entspannungsworkshop- für Kids & Teenager

18.08.2026

-Relax Yourself-
Tools gegen Stress & Chaos im Kopf

14:30 bis 15:30 Uhr : 9-12 Jahre

16:00 bis 17:00 Uhr : 13-17 Jahre

Stress abbauen, Fokus stärken, Körpergefühl verbessern,
Selbstwert stärken, einfache Methoden kennenlernen

Gebühr 25 Euro

Praxis für mentale Gesundheit
-Sabrina Zahlmann-
Am Sutumer Graben 4
45731 Datteln
Tel.: 0173/ 988 00 71
info@praxismentalegesundheit.com

