



26. Februar 2025

MENTALE GESUNDHEIT: HEILKRÄFTE & HEILPFLANZEN FÜR DIE SEELE

Mentale Gesundheit ist angesagt: Optimismus, Positives Denken, Stressbewältigung, Vertrauen und Hoffnung - die Heilkräfte für die Seele. Optimismus ist eine Geisteshaltung, die man lernen kann. Unser Leben wird von unseren Einstellungen mehr geprägt, als wir denken. Im visuell unterstützten Vortrag erleben Sie die Kraft der positiven Einstellung und wie Sie neue zukunftsorientierte Lebenseinstellungen erlernen können. Damit die Seele aufatmen kann, werden Ihnen neben bewährten Strategien auch eine Reihe wirkungsvoller Heilpflanzen für die Psyche vorgestellt. Ein Abend zum Entschleunigen und Zurücklehnen!

Referentin: Katja Schindler, Phytotherapeutin &
DVG-Gesundheitsberaterin

Eintritt frei!



Wann? 26. Februar 2025
19:00 Uhr

Wo? Forum am Hofgarten
Marie-Antoinette-Saal
Jahnstraße 2
89312 Günzburg



Veranstalter: DVG Health Club Günzburg mit dem Deutschen Verein für Gesundheitspflege e.V.