

handmade  
&  
kreativ

FAMILIENZENTRUM AM ANGER



# Autogenes Training

**FÜR ERWACHSENE**

Habt ihr Lust Entspannungstechniken  
auszuprobieren, die euch stressfrei durch den  
Familienalltag kommen lassen.

Unter fachkundiger Anleitung einer Ergotherapeutin  
könnt ihr direkt loslegen :)

**WANN: 30. JANUAR 2024**

**UHRZEIT: 17:30 - 19:00 UHR**

**KOSTEN: KEINE**

**ANMELDUNG@FFZ-ERFURT.DE / 0361 - 5627384**