gesunde gemeinde

gesund. stark.frau

LAND KÄRNTEN



Die Gesunde Gemeinde Hohenthurn
lädt ein zum

2. Frauenfrühstück

speziell von Frauen für Frauen!

Glaubenssätze erkennen und aufbrechen!

Vortragende:
Mag. Jessica Hess
Psychologin

Was uns innerlich antreibt – und wie wir neue Handlungsspielräume entdecken

|„Ich muss immer stark sein.“ | „Ich darf niemanden enttäuschen.“ | „Das kann ich nicht.“|
Solche Glaubenssätze begleiten uns oft unbemerkt durch den Alltag. Doch was passiert, wenn wir beginnen, sie zu hinterfragen?
Ein lebendiger Vortrag mit psychologischen Impulsen, kleinen Körperübungen und einer guten Portion Leichtigkeit. Zum Mitdenken, Mitmachen und Entdecken neuer Möglichkeiten!

Wo: ..... Gemeindeamt Hohenthurn
Wann: ..... Samstag, 28.11.2026
Uhrzeit:..... 08:00 Uhr

Bei regionalen Köstlichkeiten darf geplaudert, gelacht und neue Energie getankt werden. Männer sind herzlichst miteingeladen!

Um Anmeldung (04256 2267) bis zum 27.11.2026 wird gebeten!

Der Bürgermeister
Michael Schnabl

Die Obfrau des Ausschusses für Familien, Umwelt- und Katastrophenschutz
Annette Koller eh.

Die Arbeitskreisleiterin der Gesunden Gemeinde Hohenthurn
DGKP Carmen Grafenauer eh.

Die Veranstaltung findet auf Initiative der Gesunden Gemeinde Hohenthurn statt und wird von der Unterabteilung Gesundheitsförderung des Landes Kärnten finanziell unterstützt