

Workshop zum Thema Mental Load bei Frauen

DEIN KOPF IST DEIN LIMIT?

**Mental Load verstehen · Achtsamkeit & Selbstfürsorge ·
Neue Gewohnheiten für ein leichteres Leben**

25. Januar · 10 bis 16 Uhr · Goslar · 149€

**Veränderung, die bleibt!
Jetzt anmelden!**



**Kursleitung: Dr. Friederike Meyer-Wolfarth & Esra Elise Beneke
Jetzt anmelden: 0178 6749 390 · Infos unter verstehenverbindet.de**