

Zeit für mich

Impulse für mehr Selbstfürsorge, Stärke und Kreativität

UNSERE KURSE IM ÜBERBLICK



Impro-ART

2 Einzeltermine

Die spielerische Seite an sich selbst entdecken

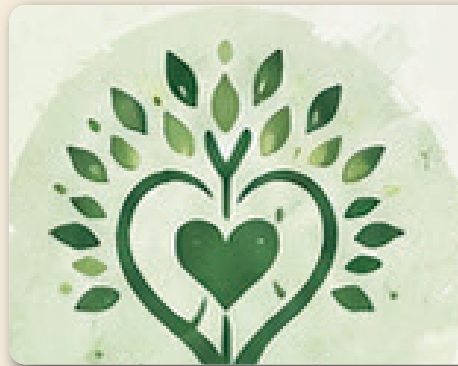
Mi 25.11.26 **18:00-21:00 Uhr**

26H1010715 20,00 €

Die Kunst der Selbstverwirklichung

Mi 09.12.26 **18:00-21:00 Uhr**

26H1010115 20,00 €



Resilienz (er)leben

1 Termin

Was macht stark und das Leben lebenswert

Mi 11.11.26 **18:00-21:00 Uhr**

26H1010415 20,00 €



Selbstfürsorge im Alter

6 Termine

Gesundheit aktiv mitgestalten

ab Do 01.10.26 **09:30-11:45 Uhr**

26H1010915 86,94 €



Handlettering Workshop

1 Termin

Die Zeichenkunst der schönen Buchstaben und Worte

Do 15.10.26 **17:00-21:00 Uhr**

26H2130315 36,80 € (zzgl. 5 € Materialkosten)

Bitte Mitbringen:

Zeichenpapier A4, Bleistift, Radiergummi, Anspitzer, Lineal

Alle Kurse finden im
Mehrgenerationenhaus
in der Wasserstr. 9
in Bad Sassendorf statt

**Genaue Kursinfos
und Anmeldung**

www.vhsssoest.de oder 02921 103-1333

