WORKSHOP #5 2026

FZW
Freiwilligenzentrum Wels & Land

WORKSHOP

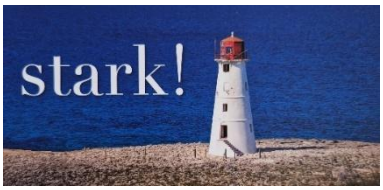
WIR LADEN HERZLICH EIN

Fr., 19. Juni 2026, 10:00 – 12:00 Uhr

Resilienz – Deine Kraftquelle im Alltag

In diesem Workshop wird gezeigt, wie man mit einfachen energetischen Selbsthilfeübungen das Nervensystem beruhigen kann. Mit neu aufgeladener Batterie ist man wieder gut gerüstet für den Alltag und die Freiwilligentätigkeit.

Dieser Workshop richtet sich an Menschen die
- ihre innere Stärke aktivieren wollen
- gelassener durch den Alltag gehen wollen
- besser bei sich bleiben wollen



Das erwartet die Teilnehmer:innen:
- einfache, alltagstaugliche Übungen
- die Kraft des Atems
- Emotional quick reset
- Energiegähnen

ANMELDEINFORMATIONEN:
Aus organisatorischen Gründen ersuchen wir um Anmeldung bis spätestens

17.06.2026

unter 0660 / 724 6600 (Tonband, SMS, WhatsApp) oder anmeldung@fzwels.at

Referentin: **Sabine Hofbauer**, Human- und Tierenergetikerin, Glücks- und Resilienztrainerin
Veranstaltungsort: **FZW Wels,** Dragonerstraße 22, 4600 Wels

Die Teilnahme am Workshop ist kostenlos.
Bitte beachten Sie, dass Sie erst angemeldet sind, wenn Sie von uns eine Anmeldebestätigung erhalten haben!
Bitte bei Verhinderung unbedingt abmelden, damit gegebenenfalls jemand von der Warteliste nachrücken kann!

Freiwilligenzentrum Wels & Land
Dragonerstraße 22, 4600 Wels
Beckerstraße 50/11a, 4614 Marchtrenk
T 0664 350 4224
M office@fzwels.at

www.fzwels.at
/FreiwilligenzentrumWels
/freiwilligenzentrumwels
/FreiwilligenzentrumWels&Land

Das FZW wird finanziert von:
Bundesministerium Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
WELS