

Selbsthilfe-Workshop



# • Yoga für die Seele

mit **Ilma Sutter-Tymstra**

Rehlingen-Siersburg, zertifizierte Yoga-Trainerin

- Mehrzweckräume EG Praxishaus Dr. Doenges  
Trierer Str. 14a, 66679 Losheim am See

*Mit Tages-Selbsthilfecafé und Büchertisch auf  
Spendenbasis bis 17.00 Uhr. Einlass ab 13.00 Uhr*

**Sa, 22.10.2022 / 14.00 - 15.30 Uhr**

Einführung & einfache Übungen in effizienter  
Kleingruppe, Vorkenntnisse nicht erforderlich. Bitte  
Matte oder großes Handtuch mitbringen, Trainings-  
oder leichte Kleidung. Ein Projekt von Selbsthilfe  
SeelenLaute Saar. Teilnahmegebühr 5 €, Voranmelden  
für Platzreservierung unter Tel. 0178 2831417 bzw.  
per E-Mail an [sh\\_seelenlaute-saar@email.de](mailto:sh_seelenlaute-saar@email.de)

SeelenLaute Saar, c/o Büro für Kultur- und Sozialarbeit Saar, 66359 Bous  
Allgemeiner Flyer unter [www.art-transmitter.de/pics\\_kunst/SH%20SL%20Saar%20FLYER\\_2022%20ok%20ge.pdf](http://www.art-transmitter.de/pics_kunst/SH%20SL%20Saar%20FLYER_2022%20ok%20ge.pdf). Jahreskalender: [www.art-transmitter.de](http://www.art-transmitter.de) (Termine)

---

Mit freundlicher Unterstützung aus Selbsthilfemitteln  
der GKV Saarland-Gemeinschaftsförderung