

Awo bietet ländliche Entspannung

Auf dem Bauernhof Sagel können Teilnehmer eines Kursus' der Awo-Familienbildung den Alltag hinter sich lassen. Durch verschiedene Entspannungstechniken (etwa Atemübungen, Fantasiereisen) wird ein Tag auf dem Land angeboten, der das Wohlbefinden fördern soll. Ein Bauernschmaus rundet das ganzheitliche Erlebnis ab. Der Kurs findet am 14. Juni von 14 bis 18 Uhr statt und kostet 25 Euro, Essen inklusive. Nähere Infos und Anmeldungen bei der Awo-Familienbildung, ☎ 70949-23.