

Entspannung für Eltern

– Teilnahme ohne Kinder

Wann: 22.09.2026, 18–19 Uhr

Wo: Kita-Projekt **Henriette**, Am Edith-Stein-Platz im Gemeindehaus der Kirche Edith-Stein

Wir setzen uns mit Unruhe und Entspannung auseinander.

Wir lernen Übungen zum Entspannen kennen und probieren diese gemeinsam aus.

Bitte mitbringen: **Matte** oder **Decke** zum Drauflegen

Teilnahme mit Anmeldung und kostenlos.

Telefon: 0175 903 12 39

E-Mail: henriette-hamburg@ib.de

Ich freue mich auf Sie!

Lena Schäfer

**Bitte
pünktlich
sein!**