

KOMPAKT

Moers

Yoga-Kurs für pflegende Angehörige

Moers. Für pflegende Angehörige kann Yoga eine Möglichkeit sein, Kraft zu schöpfen und Energie aufzutanken. Aus diesem Grund werden pflegende Angehörige am 26. August von 14 bis 15.30 Uhr zu einer Online-Schnupperstunde des Paritätischen eingeladen. Dewar Adair aus Dortmund möchte den Teilnehmenden dabei helfen, die wohltuende Wirkung und einen Weg zur inneren Ruhe und Gelassenheit kennenzulernen. Eine Anmeldung ist entweder telefonisch ☎ 02841/90 00 41 oder per E-Mail an pflegeselbsthilfe-kreis-wechsel@paritaet-nrw.org möglich.

NRZ, 19.08.2021