



VITALRAUM

Zentrum für Naturkost, Schönheit & Entspannung

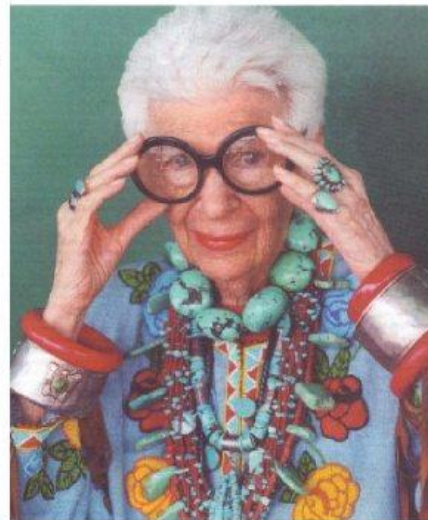
„Ich, eine alte Schachtel?“

Ein **Wohlfühl-Workshop** zum Thema „Frauen & Alter in unserer Gesellschaft. Wie geht es **MIR** eigentlich damit?“

Wir richten uns an alle **Frauen**, die sich angesprochen fühlen. (Max. 15 Teilnehmerinnen)

Wo: Vitalraum
Hauptplatz 7
2103 Langenzersdorf

| | |
|-----------------------------|----------------|
| Wann: 11. April 2014 | 14:30 – 16:30h |
| 25. April 2014 | 16:00 – 18:00h |
| 16. Mai 2014 | 16:00 – 19:00h |
| 06. Juni 2014 | 16:00 – 19:00h |
| 27. Juni 2014 | 16:00 – 18:00h |



Iris Apfel, 91

(Teilnahme an allen 5 Terminen erbeten)

Workshop-Pauschale (Aufwandsentschädigung): € 50,-

Information und Anmeldung bei:

- ✓ **Renate Hocevar** – Drogistin, Shiatsu; Tel.: 0699/10290916
- ✓ **Mag. Rosina Bruckner** – Dipl. Übersetzerin, Dipl. Lebens- & Sozialberaterin; Tel.: 0699/19463466; rosina.b@gmx.at
- ✓ **Mag. Petra Pichler** – Studium der Pädagogik, Dipl. Lebens- & Sozialberaterin; Tel.: 0676/7073218; petra.pichler.home@aon.at

oder direkt im Vitalraum, Hauptplatz 7, 2103 LE; vitalraum@aon.at

----- @ @ @ -----

Alle wollen alt werden, aber keiner will es sein.
(Gustav Knuth)



VITALRAUM

Zentrum für Naturkost, Schönheit & Entspannung



Ayurveda - das indische Gesundheitssystem

Ayurveda ist die Wissenschaft vom Leben und entstand vor über 5000 Jahren als wohl ältestes Gesundheitssystem der Welt.

Ayurveda bezieht sich dabei auf die ganzheitliche Lehre von der individuellen Sicht des Menschen im Austausch mit der Umwelt.

Ayurveda betrachtet die Bedürfnisse des Einzelnen im Zusammenhang mit seinem körperlichen und seelischen Wohlbefinden, der Umwelt, seiner Situation in Familie, Beruf, mit Freunden und seiner spirituellen Entwicklung.

Als angewandte Wissenschaft dient Ayurveda sowohl der Behandlung und Überwindung von Krankheiten als auch der Förderung und Steigerung der Gesundheit.

Der sorgfältige und behutsame Umgang mit dem Körper, seine Pflege, die Vorsorge gegen Krankheiten und eine angemessene Ernährung bilden die Grundlage.

Ganzheitliches coaching – Ayurveda
Lagerwiesenweg 16, 1220 Wien



Thema des Vortrages:

Jahreszeitlich angemessene Tagespflege
Einführung in die Ernährungsgrundlagen
Entschlackungsmöglichkeiten

Der Vortrag findet am
Mittwoch, den 9.4.2014 18.00 – ca 19.30
Im Vitalraum, 2103 Hauptplatz 7 statt.
Ich freue mich auf Ihr Kommen,

herzliche Grüße
Doris Weber

Tel: 0676 354 2261
www.dorisweber.com



Gedankenaustausch - Vernetzung - Plaudern

- | | |
|--------|---|
| Wer ? | Alle, die Erfahrungen mit veganer Ernährung haben oder suchen |
| Wann ? | Freitag, 28. März, 16-18 Uhr |
| Wo ? | Im Vitalraum |



Dieser Newsletter dient der Information über Angebote, Produkte, Veranstaltungen und Kurse des Vitalraums.
Impressum: Renate Hocevar (Medieninhaber und Herausgeber), 2103 Langenzersdorf, Hauptplatz 7.
Mitglied der NÖ Wirtschaftskammer, Fachgruppe Drogisten. Fotos pixelio, privat, Gewußt wie
web: www.vitalraum.co.at, email: vitalraum@aon.at, Telefon: 02244 2347