



# Trommelworkshop

Die Selbsthilfekontaktstelle des AWO Kreisverbandes Gifhorn e.V.

lädt ein:

Zum Trommelworkshop

Wann: am Samstag, 11.09.2021 um 10:30 Uhr im  
Mehrgenerationenhaus Gifhorn, Steinweg 20

*Frau Elisabeth Dirksmeyer und Martina Lingnau-Kracht, zwei Heilpraktikerinnen für Psychotherapie aus Seershausen, zeigen uns mit der Djembé das Trommeln einfacher Rhythmen. Es geht um Spaß, Freude und Verbundenheit beim Erspüren der Trommelrhythmen und um Entspannung über das freie Trommeln im gemeinsamen Groove. Umrahmt wird der Workshop mit Übungen aus der Kinesiologie, einer ganzheitliche Methode für Stressmanagement.*



Wir bitten um Anmeldung unter: Tel.: 05371/5947825  
oder [selbsthilfekontaktstelle@awo-gf.de](mailto:selbsthilfekontaktstelle@awo-gf.de)

