

# HERZZEIT

Hilfe die ankommt.



**Oase-Event  
für Alleinerziehende  
Samstag, 29. August 2020  
9.30 – 17.00 Uhr**

Angebot für alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern, die Freude am Austausch haben und sich gegenseitig ermutigen möchten.

Der Event ist ein Geschenk von Herzzzeit, ist somit kostenfrei und religions- und konfessions-unabhängig.

**Zeit für Körper, Geist und Seele**

## Programm

Erwachsenenbildung mit Daniela Brandenburg in Resilienz, Heilung, Walk and Talk, Lachyoga und Mittagsbrunch.

Liebevolle Kinderbetreuung ist gewährleistet.

ab 9.30 Eintreffen der Gäste bei Kaffee und Gebäck

10.15 Resilienz, Daniela Brandenburg

12.00 Mittags-Brunch

12.30 Walk and Talk,  
Daniela Brandenburg, 3 Mal

15 Minuten Einzelcoaching nach  
Vor Anmeldung (Kontaktformular)

13.15 Resilienz, Daniela Brandenburg

15.45 Verabschiedung, Daniela Huber

16.00 Lachyoga, Daniela Brandenburg,  
Teilnahme freiwillig

16.15 – 17.00 Zeit zum gegenseitigen  
Austausch und Ausklingen

**Wo: Heilsarmee Rheineck  
Thalerstrasse 61  
9424 Rheineck**

**Anmeldung erwünscht  
bis 15. August 2020**

Kontaktformular auf  
[www.herzzzeit.ch](http://www.herzzzeit.ch)

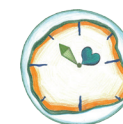
Wir bitten um folgende Infos:

- Name
- Vorname
- Adresse
- Telefon
- E-Mail
- Vorname(n) Kind(er)
- Alter Kind(er)
- Allergien / Lebensmittelunverträglichkeiten
- Voranmeldung Einzelcoaching, auch für Helfer

**Wir freuen uns auf deine  
Teilnahme – sei dabei, es  
lohnt sich!**

HERZZEIT

Daniela Huber  
Friedberg 1316  
9427 Wolfhalden



Tel. 044 865 06 67, 9.00 – 18.00 Uhr  
E-Mail: [vereinherzzzeit@gmail.com](mailto:vereinherzzzeit@gmail.com)