

FIT+STARK.
Selbstsicher durchs Leben.



Fit+Stark



Kommunikation + Konzentration + Entspannung



Kommunikation + Konzentration + Entspannung

Für kontaktfreudige Menschen

In einer kleinen Gruppe haben Sie die Möglichkeit, sich in den Bereichen „Kommunikation“, „Konzentration“ und „Entspannung“ weiter zu entwickeln und sich aktiv zu beteiligen. Unser Ziel ist es, dass Sie Ihren Alltag noch besser meistern können und sich dabei selbstsicher fühlen.

Wann findet *Fit+Stark* statt?

Halbjährlich, montags nachmittags, jeweils 10 Sitzungen

Wo findet *Fit+Stark* statt?

PST e.V. Ambulant Betreutes Wohnen

Bahnhofstraße 12

58642 Iserlohn-Letmathe

im historischen Bahnhof Letmathe in der 2. Etage

Wie kann ich mich anmelden?

Sprechen Sie mit dem Bezugsbetreuer vom PST e.V. oder mit:

Tanja Schmidt (Ergotherapeutin), Tel. 0176 22257293

Mona Theemann (Ergotherapeutin), Tel. 0176 72147103

Büro des PST e.V., Tel. 02371 7894211

Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich. Ein Hol- und Bringedienst kann auf Wunsch eingerichtet werden. Eine Wegbeschreibung finden Sie auf unserer Internetseite www.pst-ev.de

Kommunikation + Konzentration + Entspannung

www.pst-ev.de