



Wir laden ein zu

## “Take a Rest”

am **Mittwoch, 11.12.2013** von 12.30 bis 14.00 Uhr,

in der Praxis von Bettina Mathoi.

Eine ruhige Mittagspause In der Vorweihnachtszeit mit dem Schwerpunkt 5 Elemente Winter Küche mit heimischen Zutaten. Besonders geeignet für Neugierige und Skeptikerinnen zum Kennen lernen der 5 Elemente Küche, aber auch für Anhängerinnen, die Altbewährtes genießen wollen.

Nach einem kleinen theoretischen Input zur Ernährung nach den 5 Elementen im Winter von Bettina Mathoi und Dr. Rita Schwarz gibt es ein leichtes Essen, Tee und Möglichkeit zu Gesprächen und Entspannung.

Unkostenbeitrag · € 8.- · bar zu zahlen · Ort · Bettina Mathoi, Innrain 95/I · Teilnehmerinnen · max. 15 · Anmeldung · unbedingt erforderlich · bis eine Woche vor dem Termin unter [frauengesundheit@psychotherapie-ibk.at](mailto:frauengesundheit@psychotherapie-ibk.at) oder [praxis@bettina-mathoi.at](mailto:praxis@bettina-mathoi.at)