

# Kraft der Psyche: Motivation zur Bewegung

## 27. September 2017, 18:30 Uhr

HOFTREFF Lebenswelt Familie

3380 Pöchlarn, Oskar-Kokoschka-Straße 15



### Vortragender: Dr. Norman Schmid, Klinischer- und Gesundheitspsychologe

- » Psychologie der Motivation – Motivationsförderer bewusst einsetzen
- » Wie Bewegung das psychische Wohlbefinden fördert
- » Überwindung persönlicher Hindernisse
- » Achtsamkeitsübungen und praktische Tipps

### Eintritt frei!

Anmeldung erforderlich unter Tel.: 050 899-1254 oder  
unter [poechlarn@noegkk.at](mailto:poechlarn@noegkk.at)

