

Die geschlossene
Ratinger Selbsthilfegruppe

Depression –
Wir sind dein positives Echo!

und der TEV-Ratingen e.V. laden herzlich
zu einem Vortrag ein.

Entspannung, PMR und Meditation in Stille

Impulse, Übungen, innere Ruhe finden?!



**Freitag,
16. Oktober 2026**



18:30 Uhr – 21:00 Uhr



TEV-Ratingen e.V.
Mettmanner Straße 5
40878 Ratingen



Vortrag



Workshop



Kleiner Snack



und Austausch



Anmeldung bitte unter:
Kapere.kommunikativ@gmx.de

oder telefonisch:

0 1 5 6 7 8 - 3 3 6 6 9 8

Um Anmeldung wird gebeten.



**Eintritt
2 Euro**

*Sie sind
herzlich eingeladen!*