



Welttag der Seelischen Gesundheit

13. Oktober 2022

Beginn: 18:00 Uhr

Eintritt kostenfrei

Achtsamkeit und Selbstmitgefühl Wege aus der Stressspirale

*Vortrag von Matthias Hammer
Psychotherapeut und Autor*

**Sozialpädiatrisches Zentrum Ludwigsburg
Erlachhofstraße 10 · 71640 Ludwigsburg**

*Im Anschluss stehen der Referent und
die Veranstalter für Fragen zur Verfügung*

**Sollte keine Präsenzveranstaltung möglich sein, finden Sie die
Zugangsdaten für den Vortrag über Zoom unter:**

www.matthias-hammer.de

Organisatoren der Veranstaltung sind:

BBQ Bildung und Berufliche Qualifizierung gGmbH · Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Ludwigsburg e.V.
Hochdorf-Evang. Jugendhilfe im Kreis Ludwigsburg e.V. · IBB Informations-, Beratungs- & Beschwerdestelle
PsychoSoziales Netzwerk Ludwigsburg · Sozialpsychiatrischer Dienst Ludwigsburg
Stiftung Karlshöhe Ludwigsburg · Theo-Lorch-Werkstätten Ludwigsburg; Standort Reha-Werkstatt