Advents- und Weihnachtsprogramm

Kreativ durch die Adventszeit

- **Postamt der schönen Worte**: Karten gestalten & Freude verschenken
- **Mandalastation**: Kreativität und Ruhe stehen im Vordergrund
- **Adventskalender**: Jeden Tag eine kleine Freude erhalten

01.12.: Gemeinsames Christbaumschmücken
04.12/05.12.: Nikolausbesuch
06.12.: Plätzchen backen

Meditation in Bewegung

Jeweils Mittwochs von **18:00 Uhr - 19:00 Uhr**



02.12.: Kreistänze aus aller Welt
09.12.: Nährende Wärme
16.12.: Orientalischer Lichtertanz
23.12.: Tanzabend

Bewegung mit Genuss

Plätzchen - Workout vom 23.11. - 31.12.
Anmeldung bei der Sporttherapie

Bewegte Weihnachtsfeiertage

- 1. Weihnachtsfeiertag: QiGong mit Herrn Vu
- 2. Weihnachtsfeiertag: Körpererfahrung mit Herrn Vu & Tanz mit Frau Prosteder

Jahresausklang

24.12.: ab **14 Uhr**: Weihnachtsfeier im Franz -Xaver
Christmette in St. Salvator
29.12.: Auftritt Ruhstorfer Rottdeifen
30.12.: Durch Kreistänze das Jahr Revue passieren lassen von **18:00 - 19:00 Uhr**

Wir wünschen eine besinnliche Adventszeit in der Fachklinik Sankt Lukas

Änderungen vorbehalten