

In den Bergen findest du zu dir – Was wir beim Wandern über die Resilienz lernen

Mi 26.03.2025, 19.00 Uhr

Marktbücherei St. Georg, Marktplatz 37 A, 84577 Tüßling

Petra Bartoli y Eckert

10 Euro

Autorengespräch

Einmal im Leben zu Fuß über die Alpen und sich dabei den Herausforderungen und Widrigkeiten stellen: Mit diesem Selbstversuch und durch Begegnungen mit Menschen, die besonders widerstandsfähig und lebensfroh sind, wollte ich herausfinden, wie Resilienz und innere Stärke möglich sind oder gelernt werden können. Gefunden habe ich beeindruckende Lebensgeschichten und viele Ideen dazu, was uns stark macht. Wenn Petra Bartoli y Eckert zu sich kommen und den Kopf frei bekommen möchte geht sie in die Natur genau genommen geht sie in der Natur: Sie ist eine von Millionen Deutschen, die leidenschaftlich gerne wandern und die Ruhe in Bergen oder Wäldern ebenso genießen wie den Gleichklang ihrer Schritte auf kiesbedeckten Wegen. Für ihr großes Ziel, einmal zu Fuß die Alpen zu überqueren, wollte sie sich nicht nur körperlich, sondern auch mental vorbereiten. Deshalb hat sie Bergmensen getroffen und nach ihren Rezepten für innere Stärke und Durchhaltevermögen befragt. Was sie dabei gelernt hat, hat ihr aber nicht nur beim Wandern geholfen: Sie begegnet den Höhen und Tiefen des Lebens insgesamt nun viel gelassener.

Anmeldung

erforderlich unter marktbaecherei@tuessling.de oder 08633/5066828 (zu den Büchereiöffnungszeiten Di 15-17 Uhr / Mi 9:00 - 10:00 Uhr / Do 17-19 Uhr / Fr 17.30-19 Uhr / So 9-9.45 Uhr)



[mehr Infos & Anmeldung](#)



VÖ: 07.02.2025

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)
84503 Altötting

Tel. (08671) 41 44

info@keb-ris.de

www.keb-ris.de