KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Du pflegst nicht allein

"Workshop für körperliches und mentales Wohlbefinden"



Seminarangebot

Sa 13.09.2025, 13.00 - 17.00 Uhr

In einer schnelllebigen Zeit voller Eindrücke und "Action" tut es gut, sich hin und wieder auf wesentliche Dinge im Leben zu konzentrieren. Dazu gehört für uns ESSN, RATSCHN und GMIATLICH SEI.
Du kannst ESSN und bist trotzdem nicht satt.
Du kannst RATSCHN und bist trotzdem allein.
Du kannst GMIATLICH SEI und bist trotzdem gestresst.

An diesem wertvollen Nachmittag wirst Du ESSN-RATSCHN-GMIATLICH SEI aus unterschiedlichen Blickwinkeln kennen lernen und entdecken, wie einfach und doch wertvoll das Leben sein kann. Du wirst für Dich die Einfachheit des Lebens erkennen und wertvolle Erkenntnisse für Deinen Alltag mit nach Hause nehmen.
ESSN mit allen Sinnen.
RATSCHN mit Aufmerksamkeit.
GMIATLICH SEI mit echter Entspannung.

Karin Neumaier (Der Voglhof / Natur- und Umweltpädagogin) und Monika Huber (Glücks-Coach) werden Dich auf unterschiedlichste Weise dabei begleiten, zur Einfachheit zurückzufinden, alle Sinne zu nutzen, aufmerksam zu sein und Entspannung zu finden.

Was benötigst Du zur Teilnahme:
Outdoor-Kleidung und festes Schuhwerk, Trinkflasche und Offenheit für die Einfachheit.

Ort
Der Voglhof, Gschaid 5, 84378 Dietersburg

Mitveranstalter
Du pflegst nicht allein

Referent/in
Monika Huber, Karin Neumaier

Kosten
49 Euro; max. 10 TN (Getränke auf Spendenbasis)

Anmeldung
schreibmir@diehuberin.de oder info@der-voglhof.de
Anmeldung zwingend erforderlich!

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-02-07 12:02:17

Tel. (08671) 41 44
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de