Fortbildung

29.09.2027 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
„Tu deine Sinne deine Seele auf …“

Ein Tag Unterbrechung

"Komm herein und nimm dir Zeit für dich …"

So beginnt ein bekanntes Lied der Liedermacherin Kathi Stimmer-Salzeder. Dieser "Tag der Unterbrechung" ermöglicht eine Auszeit im alltäglichen Trubel. Einfache Anregungen unterstützen dabei, die oft gefühlte Überholspur zu verlassen und "entschleunigt" zu gehen. Die Seele zu öffnen, um mit allen Sinnen die Natur und sich selbst wahrzunehmen, auf- und durchzuatmen.

Elemente des Tages um die eigenen Kraftquellen zu entdecken sind:

- Entspannungsübungen
- Zeit für Stille
- Impulse aus der Literatur
- Gespräch und Austausch
- Zeiten für sich selbst in der Natur …

Zielgruppe:

Termin:
29.09.2027 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Kosten:
70,00 € | Eigenbeteiligung KJF-MA 25,00 €

Veranstaltungsort:
Exerzitienhaus St. Paulus
Krippackerstraße 6
86391 Leitershofen
www.exerzitienhaus.org

Referent(inn)en:
Karola Pretzl-Weigant (Dipl.-Relgionspädagogin, Gemeindereferentin in der Pfarreiengemeinschaft Neusäß, Geistliche Begleiterin und Existenzbegleiterin, Referentin für Religiöse Bildung u. Begleitung (DiCV Augsburg))

Ansprechpartner:
Stefanie Zeitlmeir (religioese-bub@caritas-augsburg.de, +49 (821) 3156-252)

Veranstalter:
Caritasverband für die Diözese Augsburg e.V. Religiöse Bildung und Begleitung

Veranstaltungsnummer:
R0527