271-F-0007 Im Einklang mit mir selbst

Beginn	Samstag, 23.01.2027, 14:30 - 17:00 Uhr
Kursgebühr	3,00 €
Dauer	1Tage
Kursleitung	Henriette Schallenberg
Kursort	, Kirchweg 10, 33647 Bielefeld

Manchmal rauscht das Leben einfach an uns vorbei: Wir kümmern uns um andere, erfüllen Erwartungen und funktionieren im Alltag – und merken dabei vielleicht gar nicht, dass wir selbst ein wenig zu kurz kommen.
Es tut gut, innezuhalten, sich Zeit für sich selbst zu nehmen und wieder stärker wahrzunehmen:
Was brauche ich eigentlich? Was gibt mir Kraft? Wie komme ich wieder in eine Verbindung mit mir selbst?

Bei diesem Frauengesprächskreis ...
... kommst du durch Achtsamkeitsübungen bewusst im Hier und Jetzt an,
... erarbeitest du dir kleine Impulse für einen Alltag in Balance,
... entdeckst du durch den Austausch mit anderen Frauen neue Perspektiven.

Die Teilnahmegebühren enthalten: Seminar, Material, Kaffee und Verpflegung.

Zahlung
Der Beitrag wird vor Ort bar bezahlt.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
23.01.2027	14:30 - 17:00 Uhr	Gemeindehaus Bartholomäuskirche

zur Kursdetail-Seite