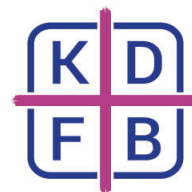


bewegen!

NOVEMBER 2019

Herzliche Einladung



Katholischer
Deutscher
Frauenbund



Gönne Dir eine Auszeit

„Alles hat seine Zeit“, schreibt in der Bibel der Autor des Buches Kohelet. Doch wie gehe ich mit meiner Zeit um? Zeitmanagementkurse haben Konjunktur und versprechen sehr viel - ist dies die einzige Möglichkeit? Von Entschleunigung ist momentan die Rede.

An diesem Tag wollen wir mit Hilfe von Körper- und Atemübungen unseren eigenen Rhythmus wahrnehmen. Freudige, schnelle und auch ganz langsame meditative Tänze lassen die verschiedenen Rhythmen unseres Lebens erspüren.

Die meditative Rückschau auf das eigene bisherige Zeiterleben und das Erkunden neuer persönlicher Gestaltungsmöglichkeiten können zu einem vertieften, gelassenen Leben im Jetzt und Heute führen.

Termin: Sa. 16.11.2019

Zeit: 14 - 17 Uhr

Ort: Velburg, Kath. Pfarrheim, Kolpingstr. 17

Referentin: Ursula Scheid, Christliche Meditationsleiterin, Referentin für biblische Themen sowie meditativen Tanz, Coach IHK und NSC, Undorf

Gebühr: 17 € für KDFB-Mitglieder
25 € für Nicht-Mitglieder

Anmeldung an die KDFB Geschäftsstelle, Telefon 08421 50-673

KDFB Diözesanverband Eichstätt Bildungswerk e.V.,
Pedettstraße 4, 85072 Eichstätt
Telefon 08421 50-673, www.frauenbund-eichstaett.de



QES.T
ZERTIFIZIERT

