

Ein NBH-Kursangebot

Glück lernen und leben durch Genuss

Was? An grauen Tagen scheint das Glück meilenweit entfernt. Und dennoch lässt es sich auch dann finden – in den einfachen Dingen des Lebens. „Immer mehr Menschen spüren, dass sie den Kontakt zu sich selbst verlieren. Sie fühlen, dass sie dringend Körper, Seele und Geist zusammenbringen müssen. Das geht nur, wenn man seine Glücksfähigkeit findet, die eigene Vitalität, versteckte Fähigkeiten und Begabungen“, erläutert Seminarleiterin Bärbel Kleinwegen.

Eine Kleinwegen-These lautet: viel Glück liegt in den einfachen Dingen des Lebens, etwa darin, das Wünschen aufzugeben oder sich von der Meinung anderer Menschen zu lösen. Und: „Umarmen Sie doch einmal einen Baum und versuchen Sie, eine heilende Kraft zu spüren!“

Im Seminar geht es an vier Abenden darum, das Glück in den Alltag einzuladen oder wieder bewusster wahrzunehmen - durch Meditation, Bewegung, Kreativität, Räucherrituale, Aromen, Spiritualität, Musik, Essen und viel Spaß.



Wer? Bärbel Kleinwegen (Foto)
Aroma- und Gesundheitspraktikerin, Gesundheits- und Krankenpflegerin,
Leiterin der NBH-Sozialstation

Wann? 4-mal montags ab 04.10.2021 (bis 25.10.2021)
19 bis 21 Uhr

Wo? NBH-Räume, Brunnenstraße 28, 85598 Baldham

Wie? 70 Euro
Vorkasse erforderlich
siehe Teilnahmebedingungen

Teilnehmer/Teilnehmerinnen kommen bitte in bequemer Kleidung und bringen eine Matte, Decke und ein Kissen mit.

Foto: NBH

bürozeiten

montag bis freitag
8 - 12 uhr
montag bis donnerstag
14-17 uhr

**nachbarschaftshilfe
sozialdienste
pflagedienste
in den gemeinden vaterstetten,
zorneding und grasbrunn e.v.**

brunnenstraße 28
85598 baldham
telefon 0 81 06 / 3 68 46
telefax 0 81 06 / 36 84 84
www.deine-nachbarschaftshilfe.de
info@deine-nachbarschaftshilfe.de

kreissparkasse
münchen starnberg ebersberg
iban:
DE95 7025 0150 0000 5590 96
bic: BYLADEM1KMS

raiffeisenbank
zorneding
iban:
DE93 7016 9619 0000 2343 38
bic: GENODEF 1ZOR

postbank
münchen
iban:
DE83 7001 0080 0212 1408 02
bic: PBNKDEFF