

Bitte senden Sie diesen Abschnitt an:
(gerne auch per Fax: 089/550 19 40)

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgenden Kurs an:

304-A20 Kraftvoll bleiben im Alltag, 16.07.2020

Mit meiner Anmeldung erkläre ich mich damit einverstanden, dass die von mir gemachten Angaben zu Zwecken der Vorbereitung, Durchführung und Evaluation der Veranstaltung verwendet werden. Nach Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungsfrist werden die Daten gelöscht.

Evang. Bildungswerk München e.V.
Herzog-Wilhelm-Str. 24

80331 München

.....
Datum

.....
Unterschrift

WAS SIE NOCH WISSEN SOLLTEN:

Ansprechpartner

Melanie Sommer, Tel 55 25 80-61
melanie.sommer@ebw-muenchen.de

Veranstaltungsort

Evangelisches Bildungswerk München e.V.
Herzog-Wilhelm-Str. 24, 3. Stock
(U-Bahn Sendlinger Tor, S-Bahn Karlsplatz)

Förderer



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



Ermäßigung für KursteilnehmerInnen mit
geringer Rente. Kommen Sie auf uns zu.



e/bw

Evangelisches Bildungswerk
München e.V.

Evangelisches Bildungswerk
München e.V.
Herzog-Wilhelm-Straße 24
80331 München

Tel 089 . 55 25 80-0
Fax 089 . 55 01 94 0

Mo, Di, Mi 8.30 bis 12.00 Uhr
13.00 bis 15.00 Uhr
Do 12.30 bis 16.00 Uhr
Fr 9.00 bis 12.00 Uhr

www.ebw-muenchen.de
service@ebw-muenchen.de



Bildquellen: © Christiane Keller-Rötlich (Titelfoto);



© Karin Wolf (Innenseite rechts), © Fotolia (Innenseite links)

Kraftvoll bleiben im Alltag Meditations-Seminar



Intensiv-Seminar mit
Meditation

DONNERSTAG 16. JULI 2020

e/bw

DAZU LADEN WIR EIN:

Kraftvoll bleiben im Alltag

Gerade in Krisenzeiten merkt man oft, wie stabil man innerlich ist. Menschen, die sich ihrer selbst, ihrer Grenzen, Werte und Bedürfnisse bewusst(er) sind, fällt es leichter, sich wenig beeinflussen zu lassen durch Katastrophen-Szenarien in den Medien oder emotional erzählten Befürchtungen anderer.

In einer entspannten und vertrauensvollen Atmosphäre erforschen Sie heute, inwieweit Sie folgende Themen schon leben und in welchen Bereichen vielleicht mehr sinnvoll wäre: „Loslassen, was mir nicht gut tut“ sowie „Leben, was mir wichtig ist - meine Bedürfnisse, meine Werte“. Es gibt kurze Inputs, Fragen zur Selbstreflexion, Austausch in Kleingruppen und im Plenum sowie eine Meditation. Selbsterfahrung und Selbsterkenntnisse stehen im Vordergrund.

Die abschließende Fantasiereise ist zum einen sehr entspannend. Zum anderen vertieft sie für Sie Ihre individuellen Erkenntnisse dieses intensiven Seminartags. So dass zukünftig im Alltag gelassener und souverän in Belastungssituationen reagiert werden kann.



WICHTIGE DATEN:

INTENSIV-SEMINAR MIT MEDITATION



ZIELGRUPPE AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Die TeilnehmerInnen-Anzahl ist auf 14 begrenzt, um einen größeren Abstand zueinander jederzeit wahren zu können.

Kommen Sie in bequemer Kleidung. Wer im Liegen die Meditation erleben möchte, bitte Gymnastikmatte, Decke, warme Socken und evtl. ein Kissen mitbringen.

Mittags ist etwa eine Stunde Zeit zur Selbstversorgung.

ZEIT	Do 16.07.2020, 09.30 - 17.00 Uhr
REFERENT	Christiane Keller-Rötlich, Zertifizierter Coach, Körpertherapeutin
ORT	ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III
KOSTEN	€ 40,-
ANMELDUNG	bis Do 02.07.2020 im ebw



IHRE ANMELDUNG:

Name, Vorname _____

Institution _____

Tätigkeitsfeld _____

Privatadresse Dienstadresse

hauptamtlich ehrenamtlich

Straße Hsnr. _____

PLZ Ort _____

Tel _____ dienstlich privat

oder mobil _____

E-mail _____

Erteilung eines SEPA-Lastschriftenmandats:

Ich ermächtige das Evang. Bildungswerk München e.V. (ebw) mit der Gläubiger-ID DE-29ebw00000262220, die Kursgebühr in Höhe von € _____ von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen.

Die **AGB** des ebw (auf www.ebw-muenchen.de/agb oder im *impuls*) nehme ich zustimmend zur Kenntnis.

Lassen Sie uns in Kontakt bleiben!
Ja, ich möchte weitere Informationen vom ebw erhalten.

Bankname/-ort _____

IBAN _____

KontoinhaberIn (falls abweichend) _____

Datum _____

Unterschrift _____