



Entdeckungsreise zu den inneren Kraftquellen

Online-Reihe mit geführter Meditation

Das evangelische Bildungswerk München bietet einen vierteiligen Online-Kurs an, bei dem die Interessierten ihre inneren Kraftressourcen kennenlernen können. Die Teilnehmer lernen, begleitet von Christiane Keller-Rötlich, einer ganzheitlich arbeitenden Körpertherapeutin, in schwierigen Zeiten in sich selbst Ankerpunkte zu finden, die es ihnen ermöglichen aus destruktiven Gedankenkonzepten und negativen Emotionen wieder auszusteigen. Sie lernen sich selbst zu bestärken, aus einer Position der inneren Stärke heraus zu handeln, die eigenen Kräfte zukünftig wohl überlegt einzusetzen sowie sich im Ursprung geborgen zu fühlen.

In den jeweiligen Sitzungen kommen verschiedene Tools zum Einsatz: neben einem inhaltlichen Input, wird es Biografiearbeit zur Selbstklärung, gegenseitigen Austausch in Kleingruppen sowie die individuelle Vertiefung in einer geführten Meditation (30 bis 45 Minuten) geben. Die vier Einheiten sind ein Gesamtpaket und können deshalb nicht einzeln gebucht werden.

Foto: ©Rampal Singh via unsplash

Was/wann/wo – in Kürze

Onlinekurs: Di., 24.11.20, von 14-15.30 Uhr | Di., 1.12.20, von 10-11.30 Uhr | Di., 8.12.20, von 10-11.30 Uhr | Di., 15.12.20, von 10-11.30 Uhr

Referentin: Christiane Keller-Rötlich Zert. Coach, ganzheitlich arbeitende Körpertherapeutin

Ort: online mit „Zoom Cloud Meetings“

Kosten: 40 Euro

Anmeldung: bis Di 10.11.2020 beim ebw, unter Tel.-Nr.: 089-55 25 800 oder service@ebw.de

Kontakt

Fachbereich: Melanie Sommer, Tel. 089/55 25 80-61, melanie.sommer@ebw-muenchen.de

Presse: Julia Koloda, Tel. 089/55 25 80-0, presse@ebw-muenchen.de

Evangelisches Bildungswerk München e.V. (ebw): Der gemeinnützige Verein ist Dachverband für die evangelischen Gemeinden und Dienste im Dekanat München, um Bildung für Erwachsene zu fördern und zu unterstützen. In dieser Funktion führt das ebw neben zahlreichen Serviceleistungen in Fragen der Erwachsenenbildung auch eine Vielzahl von Seminaren und

Projekten durch. Angeboten werden Veranstaltungen zu den Themenbereichen Arbeitswelt, Soziales, Gesundheit, Glaube, Medien und Kultur. Weitere Informationen unter: www.ebw-muenchen.de