



Seminar und Workshop

Kraftquellen meines Lebens. Wo finde ich sie?

Samstag, 20. April 2024 | 9⁰⁰ – 17⁰⁰

Stift St. Georgen

Schlossallee 6 · 9313 Sankt Georgen am Längsee

ZIELGRUPPE: Menschen, die sich mit ihrer Biografie/ihrem bisherigen Leben beschäftigen möchten und ihre Kraftquellen (wieder-)entdecken möchten.

INHALT: „Kraftquellen“ unseres Lebens als „Tankstellen“ in den Herausforderungen des Lebens. Natur, Bewegung, Mediation, Musik, Gebet, Tanzen, Singen, Freundschaften, Meditationen,...

Es ist spannend und bereichernd darüber nachzusinnen, welche Potentiale der Hoffnung und der Eigenmotivation in unserem Leben verborgen liegen, um (wieder-)entdeckt zu werden. Mithilfe vielfältiger Methoden tasten wir behutsam und achtsam durch unser bisheriges Leben und entdecken Zeiten, Orte, Handlungen, Menschen und Ereignisse, die uns Kraft gegeben haben und prägend waren. Woraus schöpfe ich heute Kraft? Wir bewegen die Sehnsucht nach Ausgeglichenheit und entwickeln Ideen, wo und wie wir sie stillen können. Der Seminartag eröffnet (Lern-) Räume, in denen Menschen jeden Alters ihrer eigenen „kraftvollen“ Biografie (Lebensbeschreibung) auf die Spur kommen möchten. Durch kreative Methoden kommen wir dem eigenen stärkenden Lebensfaden auf die Spur.

REFERENTIN: *Veronika GAUGELER-SENITZA, MAS*; Erwachsenenbildnerin in den Themenfeldern Biografiearbeit, Körperwahrnehmung, Gesundheit, Entspannung, Fastenbegleitung und Textinspirationen, www.therapiehaus-feldkirchen.at

SEMINARBEITRAG: € 75,-

ANMELDUNG UND INFOS: bis spätestens 22. März 2024
per Mail info@evangelische-akademie.at oder www.evangelische-akademie.at