

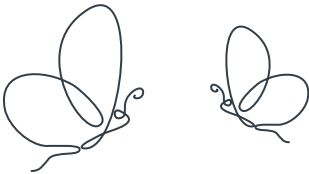


KATHOLISCHES
BILDUNGSwerk
KÄRNTEN

ACHTSAMKEIT IM ALLTAG

Ein Tagesseminar für mehr Gelassenheit und Lebensfreude

In unserer eng getakteten Zeit fällt es manchmal schwer, die schönen Momente des Lebens wahrzunehmen und zu genießen. Oft sind wir zu erschöpft, funktionieren nur noch im Durchhalte-Modus oder erstellen selbst in den Nachtstunden noch To-Do-Listen. Lasst uns gemeinsam die Bausteine der Achtsamkeit kennenlernen, durch einfache Übungen inneren Frieden finden und „das Leben immer wieder im Augenblick berühren“.



Termin:

SA, 25. Jänner 2025

9–18 Uhr

Ort:

KLOSTER WERNBERG

Klosterweg 2, 9241 Wernberg

Workshop mit:

Mag.^a (FH) Romana Ravnjak

*Dipl. Gesundheitstrainerin für Entspannung,
Sozialarbeiterin*

ANMELDUNG: unter ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at

INFORMATIONEN: bei Katharina Wagner unter 0676 8772 2407 oder katharina.wagner@kath-kirche-kaernten.at

KOSTEN: Dank Förderungen € 60,- exkl. Verpflegung. Kärntner Familienkartenbesitzer:innen: € 40,-.

Überweisung an: Katholisches Bildungswerk Kärnten | AT62 3900 0000 0106 6760

WICHTIGER HINWEIS: Die bereitgestellten Inhalte dienen Informations- und Bildungszwecken und ersetzen keine individuelle Beratung. Mehr dazu auf unserer Homepage.



Katholische Kirche Kärnten
KATOLISKA CERKEV KOROŠKA



QVB
zertifiziert
State A



MARKE
KOLLEKTIV

Bundeskanzleramt

Gefördert durch das Bundeskanzleramt
Sektion VI: Familie & Jugend

LAND KÄRNTEN
Familienreferat