



Workshop Lass die Sinne zum Erlebnis werden



**Nimm dir die Zeit für alles,
was Dir das Gefühl gibt, am
Leben zu Sein.**

22.+ 23. Juni 2024

10.00 – 17.00 / Fr. 360.00

Samstag: Zentrum für Bewusste Lebensgestaltung

Sonntag: in der Natur (voraussichtlich in Gossliwil)

- Sinne bewusst empfinden und wahrnehmen...
- Auf dem Weg sein, was nehme ich wahr,
beim Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Fühlen, Gehen...
- Achtsames erkennen...

Mitnehmen: etwas zum Schreiben.

Samstag Essen im Altersheim möglich.

Am Sonntag Essen mitnehmen, bequeme Kleidung, auch für draußen

Leitung: **Erhard Soltermann**, Boll

