Selbstbild – Selbstwert – Selbstfürsorge
Do. 11. bis So. 14.6.2020

vbg

Selbstbild – Selbstwert – Selbstfürsorge

Wie ich lebensfördernd mit mir umgehen kann

Selbstbild und Selbstwert bestimmen unbewusst unser Verhalten – auch uns selbst gegenüber. Wie sehe ich mich? Was bestimmt meinen Wert? Wie gehe ich mit mir um?

Mittels Impulsen, Einzel- und Gruppenarbeit, Meditation und Körperwahrnehmung (Focusing) versuchen wir zu erkennen, was sich uns als lebensfördernd oder lebenshindernd offenbart. Wir nehmen Veränderungsimpulse auf und üben im Vertrauen auf Gottes Wirken einen sorgsamen Umgang mit uns selber ein.

Claudine Aeberli-Hayoz
Leitung

Evelyne Zahnd
Leitung

Datum
Do. 11. bis So. 14.6.2020

Ort
Campo Rasa im Centovalli

Kosten
Vollpension Campo Rasa
zuzüglich Kursgeld von CHF 280.-
bzw. CHF 240.- für Studierende,
CHF 420.- für Ehepaare

Anmeldung & weitere Infos
vbg.net/agenda