



## Ein Date mit mir!

### Meinem Wesen auf der Spur

#### Inhalte

Mit diesem Seminar bist du eingeladen mit dir selbst in Verbindung und so deinem Wesen auf die Spur zu kommen. Wer ganz mit sich selbst verbunden ist, nimmt alles wahr, so wie es ist. Aus dem Annehmen eines jeden Momentes, d.h. dem Annehmen dessen, was ist, entsteht Freiheit und Kraft. Du spürst dich selbst, in diesem Spüren liegt dein Wesen. Diese Verbindung macht dich stark, dadurch wirst du frei zu agieren - d.h. das Beste aus jedem Moment zu machen und die Dinge für dich selbst und damit auch für andere zum Besseren zu verändern.

#### Ziele und Arbeitsweg

Durch verschiedene Übungen und über das kreative Schaffen wollen wir das innere Kind und das lebendige Wesen in uns spüren und erfahren, wie es Freude lebt.

Begleiten werden uns dabei Fragen wie:

- Was spüre ich und wo spüre ich es?
- Wie komme ich in Kontakt mit mir selbst?
- Was bringt mein Inneres zum Strahlen?
- Welche Gaben besitze ich, um mein Leben fruchtbar zu machen?

In der Gruppe werden wir miteinander achtsam sein, uns selbst fühlen, Freude spüren, Glück teilen - einfach: Den Moment genießen, bunte Augenblicke erleben auf den Spuren zu unserem wahren Wesen.

#### Zielgruppe

Erwachsene, Interessierte, Denker und Fühler

#### Termin

Samstag, 11. September 2021, 11.00 - 16.30 Uhr

Anmeldung: bis 27. August 2021 über [www.hospiz-akademie.de/2021/L20A.html](http://www.hospiz-akademie.de/2021/L20A.html)

#### Kursgebühr

129,- Euro (inkl. Material)

#### Leitung

**Marlene Groh**, Familien- und Trauerbegleiterin, Leitung der Kinder- und Jugendtrauergruppe (Hospizverein Bamberg), Fachkraft für Geschwister

**Michelle Dotzauer**, Pädagogin und Kunstpädagogin (B.A.), Palliative Care Fachkraft für psychosoziale Berufe, Trauerbegleiterin der Kinder- und Jugendtrauergruppe (Hospizverein Bamberg), Fachkraft für Geschwister