

„Liebe deinen Nächsten..." – oder lieber doch mich selbst?!



Selbstmitgefühl – Fortsetzungskurs
(für Teilnehmer des Einführungskurses)

Der Kurs bietet die Gelegenheit,

- eine achtsame, freundliche Haltung sich selbst und anderen gegenüber zu vertiefen,
- die Haltung des Selbstmitgefühls in schwierigen Situationen einzuüben,
- ein annehmendes, mitfühlenderes Verhältnis zu den eigenen Gedanken und Gefühlen zu entwickeln.

Elemente des Kurses: Impulse, angeleitete Übungen, Austausch in der Gruppe

Termine: Dienstags 25. April, 9. und 23. Mai 2017 - jeweils um 20h

Ort: Pfarrhaus St. Franziskus, Rechts der Alb 28, 76199 Karlsruhe

Anmeldung: bei Stefanie Paulsburg, Gemeindereferentin
Telefon: 0721- 957847215, Email: stefanie.paulsburg@st-nikolaus-ka.de