caritascampus

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Eine Reise zu mir selbst

Oasentag für Frauen

Wir Frauen sind immer in Bewegung – für den Job, für die Familie, fürs Ehrenamt, für andere; nur für uns selbst oft nicht.

Wir möchten Ihnen an diesem Tag die Möglichkeit geben, einmal innezuhalten, zu entschleunigen und die Achtsamkeit auf sich selber zu lenken. Sie sollen die Natur erleben, Ruhe und Balance finden, Zeit für sich haben.

Mit einer Mischung aus Bewegungsangeboten im Freien, Entspannungsübungen und spirituellen Impulsen wollen wir den Tag ganz nach unseren Wünschen gestalten, uns Zeit für gemeinsame Mahlzeiten nehmen und mal ein paar Stunden nur an uns denken.

Dies ist eine Veranstaltung unseres Kooperationspartners DJK Sportverband - Diözesanverband Köln e. V. Weitere Informationen erhalten Sie dort. Senden Sie Ihre Anmeldung bitte direkt an info@djkdvkoeln.de

Nummer

23224-015

Datum

26.04.2024

Zeit

14:00 - 19:00 Uhr

Ort

Kardinal-Schulte-Haus
Overather Straße 51-53
51429 Bergisch Gladbach

Zielgruppen

Mitarbeitende katholischer Einrichtungen und alle Interessierten

Referent/in

Daniela Otto
Referentin für Kirche & Sport
DJK Sportverband DV Köln

Teilnehmende (max.)

20

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

65.00 €

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Unterrichtsstunden

4