

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
23225-001
Datum
13.06.2025
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 €
Bildungspunkte (ECTS)
0.25
Ansprechpartner/in
Heike Lammertz-Böhm
Unterrichtsstunden
4



Diözesan-
Caritasverband für das
Erzbistum Köln e. V.