

Gelassen bleiben- auch wenn zu viele Termine drücken



Du hast zu viele Termine - zu viele Gedanken- zu viele Erwartungen an dich- zu viel Druck- zu busy - Schmerzen plagen dich... Kennst du das? Du hast meist einfach keinen Frieden in dir. Du möchtest wieder mit dir zufrieden sein. Liegt es daran, dass du die unangenehmen Dinge aufschiebst? Was hindert uns daran, sie gleich anzupacken?

**Workshop: «Gelassen bleiben – wenn zu viele Termine drücken»
im Familienzentrum Gerbi 4, Tafelackerstrasse 4, 9242 Oberuzwil
am Freitag, 11. September um 18:30 – 20:30 Uhr**

Ausgleich: CHF 20.-

Es gibt drei Werkzeuge (W), die dir im Alltag helfen, mehr bei dir anzukommen und mehr in den inneren Frieden zu kommen:

W1: Das Wesentliche vom Unwesentlichen unterscheiden.

W2: Die Verbindung zu dir und das Vertrauen in dich finden.

W3: Mehr Zeit bekommst du, wenn du ganz im Hier und Jetzt sein kannst.

Ich freue mich auf dich!

Anmeldung: Irene.jahn@gmail.com oder 078 647 87 22