

achtsam & vital

2.12. | 16.12. Online-Workshop

Michael Mann begleitet Menschen dabei, eine achtsame Lebenshaltung zu entwickeln und vital zu bleiben.



PFARRAMT FÜR INDUSTRIE
UND WIRTSCHAFT BS/BL

Anmeldung



Ruhe, Klarheit & Kraft

Kennen Sie das auch? Sie treffen einen Menschen, der eine geradezu fesselnde Aura von Ruhe und Gelassenheit ausstrahlt. Ein Blick und Ihnen wird klar, dass diese Person über einen außergewöhnlichen Charakter voll Selbstsicherheit, Klarheit und Empathie verfügt. Sie bewundern diesen bodenständigen Menschen und fragen sich: «Wieso kann ich nicht so sein?», «Warum fällt es gerade mir so schwer, die Hürden des Lebens zu meistern, was ist das Geheimnis?» Antwort auf diese Fragen und mehr bekommen Sie in den vier Achtsamkeit-Workshops.

Auf anschauliche Weise begleitet Sie Michael Mann durch verschiedene Achtsamkeits-Meditationen, gibt Hintergrundwissen und Tipps für den (Arbeits-)Alltag.

Nächste Termine

Do | 2. Dezember 2021 | 19.00 – 20.00 Uhr

Do | 16. Dezember 2021 | 19.00 – 20.00 Uhr

Anmeldung unter <https://pfarramt-wirtschaft.ch/achtsamkeit>

Die Teilnahme am Workshop ist frei. Sie sind eingeladen, eine Spende an ein Projekt ihrer Wahl zu geben: www.caritas-beider-basel.ch oder www.caritas.ch

Workshop-Leitung



Michael Mann

ist Business-Seelsorger,
Meditationslehrer und
Podcaster im ökumenischen
Pfarramt für Industrie und
Wirtschaft BS/BL