

BILDUNG À LA CARTE: mach's einfach!

ein Angebot der keb Rems-Murr

Komm! ins Offene, Freund! Ein Spaziergang mit alltagstauglichen Übungen fürs Hier und Jetzt

„Komm! ins Offene, Freund!“ mit diesen Worten beginnt eines von Hölderlins berühmtesten Gedichten. Und es ist wahr, in der Natur lässt es sich gut entspannen, der Alltag rückt in weite Ferne. Ich beobachte immer wieder, wie kleine Kinder meinen Garten erleben: Staunend stehen sie da, versunken im Moment. Sie versuchen mit allen Sinnen die Pflanzen, Blüten und Gerüche zu erfassen.

Bei diesem Spaziergang nehmen wir uns zwei Stunden Zeit, um unsere Sinne zu schärfen für das, was uns in der Natur umgibt. Wichtig ist, bewusst zu sehen, zu hören, zu spüren und zu riechen, was von Moment zu Moment geschieht. Ganz wie die Kinder an meiner Gartenhecke. Kommen Sie mit?



Organisatorisches:

- Format:** Workshop
Zeitbedarf: 2 Stunden
Teilnehmer: 4-12
Zielgruppe: Neugierige, die mit allen Sinnen in der Natur sein möchten
Beitrag: 15,00 Euro

Ihre Referentin:

Kerstin Strobel, M.A.

Meditations- und Yogalehrerin (MBSR)

Ihr Kooperationspartner:

- Homepage:** www.keb-remmurr.de
Tel: 07151 959 67 21
Mail: keb.rems-murr@drs.de

Stand: 01.11.2020