

17. Dezember 2017

Dankbarkeit macht Leben leichter

Impulstag

Zum Impulstag

„Wie sagt man, wenn man etwas bekommt?!“, haben wir in unserer Kindheit immer wieder gehört. Und heute noch stellen sich in uns die Stacheln auf, wenn Dankbarkeit eingefordert wird.

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass Dankbarkeit sehr gesund und erfrischend ist, körperlich, seelisch, geistlich und zwischenmenschlich. Unzufriedenheit, Nörgeln und Jammern schädigen unser Immunsystem und unseren Selbstwert.

Das Danken führt dazu, dass Gewohntes und Selbstverständliches wieder interessant und wertvoll wird. Und unsere Dankbarkeit gegenüber Gott lässt uns bewusst werden, dass wir bedürftige Menschen sind. Gerade dieses Wissen macht uns menschlich.

Dankbarkeit ist eine innere Haltung, die wir erlernen können und die Lebensqualität schenkt.

Inhalte des Impulstages

- Was ist Dankbarkeit?
- Wem bin ich für was dankbar?
- Und was ist mit der Not?
- Dankbarkeit und unsere psychische Gesundheit

Termine

Samstag, 17. Dezember 2017

08.45 Uhr - 18 Uhr

Leitung

Hans Wiedenmann

- Sozialtherapeut
- Heilpraktiker für Psychotherapie

Kosten

Seminartag: 56,00 €*

Übernachtung (wenn erwünscht): 10,00 €

Die Anmeldung wird bestätigt.

* einschl. Verpflegung (16,00 €)