

## Zeit mit mir - Zeit für mich Intensiv - Workshop

In unserem Alltag sind wir oft fremdbestimmt. Oft merken wir nicht, wie erschöpft wir sind. Daher begeben wir uns auf eine Reise zu uns selbst.  
-Wer bin ich? / - Aus welchem Grund fühle und denke ich so? / Was ist gut für mich? / Wo möchte ich hin und welche Ziele habe ich? Es ist gut zu wissen, was uns unbewusst ärgert, denn nur so können wir lernen anders damit umzugehen, es im besten Fall sogar abzustellen.

**Sa. 19.11.2016 / 9.30 - ca.14.30 Uhr**

Ort: Pfarrzentrum "St. Joseph"  
Lockuschstr. 12 / 58511 Lüd.

Gebühr: 35,- €

Bitte Anmelden!

**Mitzubringen:**

-warme Socken, bequeme Kleidung  
-Isomatte, Kissen und Decke

Anschließend besteht die Möglichkeit kostenlos an folgender Veranstaltung teilzunehmen:  
-----

**Klang-Räume / Wege zum Licht**

(öffentlich / kostenlos)

Klang und Besinnung zum Thema "Licht"

**Sa. 19.11.2016 / 17.00 - ca. 18.00 Uhr**  
Pfarrkirche "St. Joseph und Medardus"

Veranstalter: Klang-Werk-Sellig

Familie & Ko.

(Kolpingfamilie Lüd.)

Klangmassage und  
musiktherapeutische Beratung auf  
Anfrage!

Aktuelles, Infos, neue Kurse und  
Neuigkeiten auf:

[www.klang-werk-sellig.de](http://www.klang-werk-sellig.de)

Programm  
2/2016



Klang-Werk-Sellig

58511 Lüdenscheid

Klang - Werk - Sellig

Tel.: 02351/6751953

mail: [info@klang-werk-sellig.de](mailto:info@klang-werk-sellig.de)