

ōkoversum



Körper - Geist & Seele

Sandra Neff

Ganzheitliche Transformationsbegleitung
Ausbildung EMOHA und DYMA
Workshops und Vorträge

Ritzisbuhwil

Einladung zum interaktiven Vortrag

„Euer Körper ist ein Tempel...“ (Korinther 6,19)

Ein biblischer Gedanke, der einlädt, achtsam mit sich selbst umzugehen und die eigene Balance bewusst zu pflegen.

Der heutige Alltag fordert auf vielen Ebenen heraus – durch Doppelbelastungen sowie Verantwortung in Beruf, Familie und Umfeld.

Dieser Vortrag zeigt verständlich, wie Körper, Geist & Seele zusammenwirken und weshalb sich Belastungen oft gleichzeitig auf mehreren Ebenen zeigen.



Stress & Körper

Wie drücken sich Stress, Gedanken und Gefühle im Körper aus?



Innere Prägungen

Welche inneren Muster & Gewohnheiten beeinflussen das Gleichgewicht?



Reaktionen verstehen

Ein klares Verständnis für deine eigenen Reaktionen & Bedürfnisse



Neue Perspektiven

Neue Sichtweisen auf typische Herausforderungen im Alltag

Eine Einladung, an
Frauen und Männer,
neue Perspektiven
für den Alltag zu öffnen.

DATUM
07. Sept. 2026
19:00 Uhr

VERANSTALTUNGSORT
Pfarreiheim
Wertbühl
8575 Istighofen

Mehr Infos
www.oekoversum.ch

**Ohne Voranmeldung
willkommen!**



Frauentheologiezentrum Wertbühl - Bussnang