

**RPI-
Veranstaltung**



**Einführung in Achtsamkeit -
Spirituelle Auszeit am Nachmittag**

Achtsamkeit ist in aller Munde: Meditation, Wahrnehmungsübungen, Entschleunigung haben in unserer Leistungsgesellschaft Hochkonjunktur. Auch der schulische Alltag fordert und überfordert häufig unsere Aufnahmefähigkeit und bringt uns in Stress und Hektik.

An diesem Nachmittag werden wir uns mit Hilfe von einfachen Achtsamkeitsübungen und Anregungen aus der christlichen Spiritualitätsgeschichte eine Auszeit gönnen.

Termin: Donnerstag, **30. März 2023**, 14:30 - 18:00 Uhr
Ort: Religionspädagogisches Institut
Schramberger Straße 23, 78628 Rottweil
Referentin: Birgit Bronner, Pastoralreferentin und
Körperpsychotherapeutin (KBT)
Zielgruppe: Alle Interessierten
Hinweis: Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.
Anmeldung: Bis 23. März 2023 an RPI Rottweil
E-Mail: rpi.rottweil@drs.de oder über unsere
Homepage www.rpi-rottweil.de/angebote.html