

# Spiritualität im Alltag

---

<b>Termin</b> 02.12.2020 )	<b>Teilnahmegebühr</b> 95 € Der Preis beinhaltet: Warm- und Kaltgetränke, Vormittags- und Nachmittagsnack, Obst, Mittagessen und Seminarunterlagen	<b>Referenten</b>
<b>Kurszeiten</b> 09:15 - 16:45	<b>Kursort</b> ZOOM-Meetingraum	

---

Die Sehnsucht nach einer Balance zwischen Alltagsherausforderungen und Spiritualität wird in unserer heutigen Zeit immer stärker wahrgenommen, denn im Alltag erleben viele eine zunehmende Enge, verursacht durch ständig steigende Anforderungen. „Funktionieren müssen“ auf allen Ebenen - im Beruf und im Privatleben. Da bleibt wenig Raum, sich über den eigenen spirituellen Weg Gedanken zu machen und ihn mit Leben zu füllen. Und dennoch kann die Erfahrung von Spiritualität im Alltag neue Perspektiven eröffnen.

---

## Ziele

- Impulse für Spiritualität im Alltag geben
  - Räume für (neue) spirituelle Erfahrungen öffnen
  - Auszeit vom Alltag bieten und doch bis in den Alltag hineinwirken
- 

## Methoden

- Meditation
  - Achtsamkeitstraining
  - Kreatives Gestalten
  - Gespräche
- 

## Inhalte

- Wo stehe ich in diesem Spannungsbogen von täglicher Verantwortung und meinem spirituellen Weg?
  - Woraus schöpfe ich Kraft?
  - Wie fasse ich meine Sehnsucht nach Spiritualität?
  - An welchen Stellen will ich mich verorten?
  - Was will ich im Alltag umsetzen und leben?
- 



## Zielgruppe

- Schulen und Bildungseinrichtungen
- Kita und frühe Bildung
- Jugendhilfe / Jugendarbeit
- Menschen mit Behinderung
- Gesundheitswesen
- Beratungskompetenz
- Verwaltung / Hauswirtschaft / Haustechnik
- Ehrenamt
- Leitungs- und Führungskräfte