

Die Gesunde Gemeinde
Niederleis organisiert für
euch einen Vortrag zum
Thema



„Lebensfreude ist (m)eine Entscheidung“

am Donnerstag, 10. Oktober 2024, um 19.00 Uhr

im Gasthaus „Die Landwirtin“ in 2116 Niederleis, Hauptstraße 20

Vortragende: Heidi Smolka

Was ist Lebensfreude? Wie fühlt sich Lebensfreude an? Wann bzw. wobei erlebe ich Lebensfreude?

Lebensfreude kennt viele Ausdrucksformen. Wir sind zufrieden, glücklich, energiegeladen, euphorisch. Sie kann sich aber auch wie ein ruhiger, tiefer See anfühlen. Wie kann ich (m)eine Lebensfreude (er)wecken?

Das Thema beleuchtet folgende Inhalte:

- Lebensfreude als wichtige Ressource
- Die Welt der Gedanken
- Gefühle - und wie sie uns leiten
- Auf den Körper hören
- Freude miteinander erleben und teilen

Mein Weg zu mehr Lebensfreude - gehen wir es gemeinsam an!

Wir laden alle Interessierten herzlich zu diesem kostenlosen Vortrag ein und freuen uns auf Euer zahlreiches Kommen!

Ihre Gesunde Gemeinde Niederleis