



Simone Boley, Diakonin, Pilgerbegleiterin,
Bibliodramaleiterin (GfB), Gestaltseelsor-
gerin (IGS)

www.caminando-unterwegs.de



Fitness für die Seele

Was unser Innerstes
stark und wider-
standsfähig macht

Herzliche Einladung zu einem
Vortrags- und Gesprächsabend mit
Kerstin Ruess
am Donnerstag, 28.3.2019



Fitness für die Seele – was unser Innerstes stark und widerstandsfähig macht

Wir alle wissen, was unserem Körper hilft, gesund und widerstandsfähig zu sein und zu bleiben: Ausgewogene Ernährung, Bewegung, ausreichend Schlaf und ein gutes Maß an Hygiene und Vorsorge. Aber wie ist das mit unserer Seele? So wie wir die Grundbedürfnisse unseres Körpers kennen müssen, um ihn gut und angemessen zu versorgen, so ist es auch wichtig, die Grundbedürfnisse unserer Seele zu kennen, um gut für sie Sorge zu tragen.

So wird es um Fragen wie „Was macht unsere Seele eigentlich aus: „Wie ist sie gemacht und was braucht sie?“ gehen. Gibt es Dinge, die wir tun können, um unsere Seele gesund und fit zu halten?

Kerstin Ruess wird auf diese Fragen eingehen, von ihren Erfahrungen an diesem Abend berichten und zu einem Gespräch über das Thema einladen.

Referentin: Kerstin Ruess, Oberursel
Mitarbeiterin in der Öffentlichkeitsarbeit der
Klinik Hohe Mark

Leitung: Simone Boley
Diakonin, www.caminando-unterwegs.de

Termin: Donnerstag, 28.3.2019
von 19.30 – 21.30 Uhr

Ort: Seminarraum,
Hundshager Weg 18
65719 Hofheim am Taunus

Kosten: € 15,00
(inkl. Getränke)

Anmeldung: Bitte schriftliche Anmeldung per eMail
unter:
simone.boleyc@caminando-unterwegs.de
Anmeldeschluss ist der 22.3.19