

Ausrichter

Frauenteam
Gelsenkirchen- Buer

Veranstalter



Landesverband NRW e.V



Evangelische
Erwachsenenbildung



Organisatorisches

Verantwortliche Leitung:

Marianne Sasse

Bildungsreferentin; Diplom Sozialpädagogin

Referentinnen:

Marion Ludwig und Frauenteam

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen BKE

Seminarbeginn:

Samstag 29. 04. 2023 10.00 Uhr

Seminarende:

Samstag 29. 04. 2023 16.00 Uhr

Adresse:

Gemeindehaus Apostelkirche

Horster Str. 35

45897 Gelsenkirchen

BKE

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche

Landesverband NRW e.V.

Mathiasstr. 13 | 44879 Bochum

Tel.: 0234 490427 |

E-Mail: info@bke-nrw.de | Web: www.bke-nrw.de



SUCHTSELBSTHILFE
BKE



**Hilft äußere Ordnung
innere Ordnung zu
schaffen?**

**Frauengesprächskreis
Ruhr**

29. April 2023



Evangelische
Erwachsenenbildung

www.bke-nrw.de

*Es geht nicht darum, was auch immer zu ändern,
sondern darum an nichts festzuhalten und die
Augen sowie das Herz zu öffnen*

Jack Kornfield

Im Zen-Buddhismus sagt man, dass jeder,
der zum Putzen und Aufräumen bereit ist,
das Glück der Veränderung erfahren wird.
Aber stimmt das wirklich?

Viele Menschen kennen es- Unordnung im
Außen, sei es zuhause oder im Büro, macht
unzufrieden und stresst. Es fühlt sich an wie
eine Mauer und oft sind dann auch die
Gedanken blockiert.

Durch Aufräumen, umräumen, ausmisten
entsteht ein neuer Blickwinkel. Energie kann
wieder besser fließen.

Erst, wenn die Dinge sortiert oder aussortiert
sind, die nicht mehr gebraucht werden, gibt
es Platz für Neues. Und oft entsteht beim
Betrachten der Dinge, bei der Erinnerung, die
sie auslösen, auch im Inneren Platz für neue
Gedanken, Wege, Ziele.

Wenn Klarheit entsteht darüber , was wir in
unser Leben einladen wollen (das kann eine
neue Freundschaft sein, eine berufliche
Weiterentwicklung, mehr Zeit zum Lesen ...),
füllen wir das entstandene Vakuum nicht
wieder mit mehr Papier oder mehr vom Alten,
sondern mit erwünschtem Neuen.



Im Austausch miteinander können wir

- uns klar werden, was äußere Ordnung für uns bedeutet
- wie sie für uns mit der inneren Ordnung zusammenhängt
- und wir können gemeinsam Wege entwickeln, innere Ordnung herzustellen

Gemeinsam begeben wir uns auf die
spannende Reise der Selbsterkenntnis.

... und nun nichts wie los und anmelden!

Teilnahmegebühr: 6,00 €
Wird vor Ort eingesammelt

Anmeldung unter
bke-
suchtselbsthilfe.de/veranstaltungen

Beratung

S.Dregger

Mail s.dregger@bke-nrw.de

Tel 0234 33848477

Anmeldeschluss 14. 04. 2023