

## **Meditations-Seminar**

### **Krise als persönliche Chance**

**25.03.2023, Ehemaliges Hainburger Karmel-Kloster,  
Hauptstraße 8, 63512 Hainburg**

#### **PROGRAMMABLAUF**

- **09.30 Uhr:**           **Begrüßung und Einführung**
- 09.45 Uhr:           Beständigkeit in der Krise - Was gibt uns Halt?
- 10.15 Uhr:           Meditationszeit
- **10.45 Uhr:**           **Pause**
- 11.15 Uhr:           Die Krise als Chance
- 12.00 Uhr:           Meditationszeit
- **12.30 Uhr:**           **Mittagsimbiss**
- 14.00 Uhr:           Gehmeditation
- 14.30 Uhr:           Erfahrungen im Umgang mit Krisen
- 15.30 Uhr:           Meditationszeit
- **16.00 Uhr:**           **Pause**
- 16.15 Uhr:           Krisen auf dem Weg der Meditation - Wie damit umgehen?
- 16.45 Uhr:           Meditationszeit
- 17.15 Uhr:           Abschlussrunde
- **17.30 Uhr:**           **Ende des Seminars**

Änderungen – vor allem auch entsprechend der Wünsche der Teilnehmer – bleiben vorbehalten.