

Organisatorisches:

Ort:

Pfarreiheim Rothenburg, Flecken 34, 6023 Rothenburg

Preis: Fr. 50.- (inkl. Mittagessen) bar an der Tageskasse

Kontakt-Telefon: Bernadette Rügsegger 078 805 60 23

Anreise

- Zug S1 ab Luzern bis Emmenbrücke Kapf – Fussweg Unterführung hinunter zur Brücke, über die Brücke zum Flecken Rothenburg, (ca. 5 Min.) weiter wie Bus
- Bus 50, 51 oder 52 ab Luzern bis Haltestelle Rothenburg Flecken, am Brunnen vorbei zur Kirche, links daneben ist das Pfarreiheim
- Auto: hinter der Kirche hat es kostenpflichtige Parkplätze

Anmeldung bis am 31. Jan. 2023

Name / Vorname

Adresse

Telefon

E-Mail

Mitglied - ja / nein

Mittagessen - Vegi oder Fleisch

Monique Bellmont / moniquebellmont@bluewin.ch
Adligenswilerstrasse 101, 6030 Ebikon, 079 229 24 02

shibashi-net^{CFC}
Shibashi-Netzwerk Schweiz / Shibashi réseau suisse



Shibashi Qi Gong als Unterstützung in Krisensituationen

**1. Shibashi Netzwerktag
25. Februar 2023**

Was uns wichtig ist für diesen Tag:

Vernetzung – Austausch – Gemeinschaft – Weiterbildung

Thema:

Wie kann Shibashi - Qi Gong uns in Krisenzeiten wie Krankheit und Trauer unterstützen?

- Mit Qi Gong Übungen, die die Verbindung zu sich selbst und zum eigenen Körper stärken, um in schwierigen Situationen wieder Kraft, Ruhe und Gelassenheit zu finden.
- Mit Grundhaltungen, um sich zu erden und mehr Stabilität zu finden.
- Mit Meditationen und Atemübungen

Zur Referentin:

Madeleine Froidevaux, Biel/Bienne

Ausbildung in Shibashi bei Barbara Lehner und Antoinette Brem.

Leiterin der Follow-Ups für Shibashi Lehrpersonen in der Romandie.

Anti-Aging-Diplom und dipl. Lehrerin für Qi-Gong Yang Sheng (Institut Européen de Qi Gong / IEQG France)

in Ausbildung zum Cursus Expert Qi Gong Yang Sheng.

Diplomierte spirituelle Begleiterin (Association AASPIR – Schweiz)

«Ich bin pensioniert, nachdem ich 18 Jahre lang in der katholischen Pfarrei von Biel gearbeitet habe. Ich genieße es, Zeit in unserem Garten zu verbringen, mich mit Menschen zu treffen und mit meinen kleinen Enkelinnen zu lachen.»

www.shibashi-romandie.ch



Shibashi-Netzwerk-Tag – 25.02.2023

Zeit: 09.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Tagesprogramm

- 09.00 – Ankommen (Kaffee / Tee)
- 09.30 – Begrüssung
Stilles Shibashi
- 10.00 – Input – Shibashi als Unterstützung in Krisensituationen
- Madeleine Froidevaux
- 12.45 – Mittagessen im Altersheim Fläckematte
- 14.15 – Energy Greeting Movements
- 14.30 – Vertiefung
- Austausch in Kleingruppen
- 15.30 – Plenum – Pro Gruppe 1 Übung vorstellen
- 16.15 – Schlussritual und Segen
- 16.30 – Ende

Vorbereitungsgruppe:

Bernadette Rüeeggesser, Monique Bellmont, Barbara Lehner

→ Die Teilnahme wird als Shibashi.net-Weiterbildungstag bestätigt.

shibashi-net^{CFC}
Shibashi-Netzwerk Schweiz / Shibashi réseau suisse