

Gesellschaft für Existenzanalyse Schweiz GES  
existenzanalyse.ch

# JOUR FIXE

## SELBSTFÜRSORGE AUS EXISTENZANALYTISCHER PERSPEKTIVE

**WIE SCHAUE ICH GUT AUF MICH SELBER?**

**Dienstag, 23. März 2021**

18.30 bis 20.00 Uhr

Online-Anlass per Videokonferenz

Was ist Selbstfürsorge, warum ist sie wichtig und was braucht es, dass wir achtsam mit uns selber unterwegs sein können - gerade in der aktuellen Corona-Situation?

Eine offene Diskussion unter der Leitung von Sibylle Köstner-Mösching, Existenzanalytische Beraterin mit eidg. Diplom, Beraterin für medizinische Entspannungsverfahren (medrelax), Ausbildnerin mit eidg. Diplom

Offen für GES-Mitglieder und Interessierte

**Anmeldung:**

bis 16. März 2021

an [info@existenzanalyse.ch](mailto:info@existenzanalyse.ch)