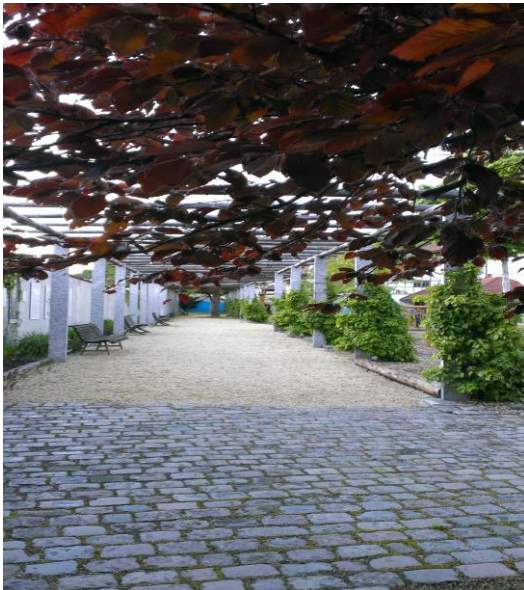
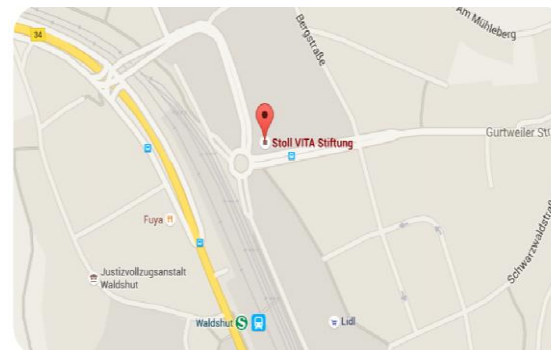


## Was ist mitzubringen?

- Vesper und Getränk
- wetterfeste Kleidung
- Interesse und Offenheit



Lageplan:



Stoll VITA Stiftung

*Achtsamkeit  
in der Natur*



*im Wandel  
der Jahreszeiten*

## Achtsamkeit in und mit der Natur

„Nirgendwo ist Achtsamkeit leichter als in der Natur, und auf nichts ist die Natur mehr angewiesen als auf die Achtsamkeit der Menschen.“

Michael Huppertz

### Inhalt

- Natur mit allen Sinnen erleben
- Achtsamkeit üben
- Sich in der Natur spüren
- Zusammenhänge zwischen Mensch und Natur erkennen

### Wann?

20. Mai  
29. Juli  
30. September

Jeweils 13.00 bis 16.00 Uhr

### Wo?

Garten der  
Stoll VITA Stiftung  
Brückenstr. 15  
79761 Waldshut

### Kosten

15,- € pro Termin  
ermäßigt 5,- €  
bei geringem Einkommen oder  
Handicap

### Leitung

Christel Auweder  
Dipl. Psychologin

Nicola Ober-Jäger  
Dipl. Sozialpädagogin

Tanja Baumgartner  
Dipl. Sozialpädagogin

Mitarbeiterinnen des Ambulant Betreuten  
Wohnens der AWO Waldshut

### Anmeldung

bis spätestens Dienstag vor jedem  
Samstagstermin unter

Tel. 07751-911221

[christel.auweder@awo-waldshut.de](mailto:christel.auweder@awo-waldshut.de)

[nicola.ober-jaeger@awo-waldshut.de](mailto:nicola.ober-jaeger@awo-waldshut.de)

Die Veranstaltungen können auch  
einzeln besucht werden und finden bei  
jedem Wetter statt.