



## **Einladung zum Praxis-/Übungs-Wochenende Dankbar Leben 29. 2. – 1.3.20**

*„Nehmen wir an, wir seien uns einig, dass Dankbarkeit jene volle Lebendigkeit sei, nach der wir uns alle sehnen. Dann ist also die vor uns liegende Aufgabe einfach genug: Wir müssen erlernen, dankbar zu leben. Die Schlüsselfrage lautet: Wie fangen wir das an?“*

*Zitat Br. David Steindl-Rast Quelle: <https://www.dankbar-leben.org/bruder-david/dankbar-leben/>*

### **Dieser Frage wollen wir uns an diesem Wochenende stellen. Herzliche Einladung dazu!**

Wir, das sind:

- ❖ Berni Köll (Gründer und Leiter einer Dankbar Leben Gruppe in Salzburg)
- ❖ Hans-Günther Schwarz (Mitglied des Kernteams Europäisches Netzwerk Dankbar Leben)
- ❖ Robert Graf (Initiator von Dankbar Leben Gruppen in Österreich)

### **Wie?**

In verschiedenen Formaten wie z.B. Workshops, Gesprächskreisen, Übungsrunden werden wir Meditieren, Texte zur Dankbarkeit hören, Dankbarkeitsübungen ausprobieren, Übungen aus der Gewaltfreien Kommunikation zur Dankbarkeit üben, verschiedene Thematische Dankbarkeitsübungen ausprobieren (z.B. Natur, Geld, ...), dem Körper mit Dankbarkeit in Berührung bringen, Dankbarkeitsinputs aus der Glücksforschung bekommen.

Wenn du selbst Übungen anleiten möchtest, melde dich bitte bei uns.

### **Wann & Wo?**

**29.2. - 01.03. 2020;**

Beginn Sa. 12.00 – Ende So. 13.00

Schloss Thalheim NÖ - Thalheim 22, 3141 Kapelln an der Perschling, Österreich

<https://www.schlossthalheim.at/de/>

Dieses elegante Hotel in einem renovierten barocken Schloss ist von einer weitläufigen Gartenanlage umgeben und 7 km von der Westautobahn entfernt. Zur Herzogenburg sind es 13 km.

### **Kosten?**

Wir bieten das Seminar kostenlos an, bitten jedoch um einen Beitrag zur Abdeckung der Raumkosten. Auf Basis von 30 Teilnehmer\*innen beträgt der Beitrag derzeit € 20,-/Person. Reise- und Verpflegungskosten bitten wir selbst zu tragen.

### **Veranstalter**

Robert Graf - Österreichisches Netzwerk Dankbar Leben in Kooperation mit Berni Köll und Hans-Günther Schwarz



## Übernachtung

Variante 1: Übernachtung im Schloss:

130 Euro EZ / 1 Person (inkl. Frühstück)

200 Euro DZ / 2 Personen (inkl. Frühstück)

Variante 2: Übernachtung im nahegelegenen Hotel Smart Livin (5 min mit dem Auto)

Ca. 40 Euro (ohne Frühstück, Frühstück ist im Schloss möglich) – Details bitte selbst erfragen

Wer im Schloss wohnen möchte, bitte direkt über uns anmelden.

Hotel Smart Livin bitte selber buchen <https://www.smartlivin.at>

## Anmeldung

Per Mail **ab sofort** an: Robert Graf - [coaching@robert-graf.at](mailto:coaching@robert-graf.at)

Bitte um folgende Angaben (auch für eine Teilnehmer\*innenliste zum vernetzen):

Vorname – Zuname - Telnr. - Mailadresse - PLZ – Wohnort – Übernachtung im Schloss EZ / DZ

**Anmeldeschluss: 23. Februar 2020**

**Bitte um möglichst rasche Anmeldung, damit wir wissen, ob das Seminar zustande kommt.**

Mindest-Teilnehmer\*innenzahl: 15 Personen

**Wir freuen uns auf Deine Anmeldung!**

Herzlichen Gruß

Berni – Hans-Günther – Robert

---

# GRAFE

**Robert Graf**

**Initiator von Dankbar leben Gruppen in Österreich**

1230 Wien . Pfitznergasse 3/5

T +43 (0) 664 41 56 57 0

E [coaching@robert-graf.at](mailto:coaching@robert-graf.at)

[www.robert-graf.at](http://www.robert-graf.at)

[www.dankbar-leben.org](http://www.dankbar-leben.org)

[www.bibliothek-david-steindl-rast.ch](http://www.bibliothek-david-steindl-rast.ch)