

Livsmod – 5 samtal om existentiell hälsa

Existentiell hälsa handlar om vår motståndskraft i livets prövningar och svårigheter. Vi behöver nycklar till livskunskap och vishet för att kunna bära svårigheter och se nya möjligheter. Idag vet vi att vårt sätt att tänka om livet påverkar den fysiska och psykiska hälsan. Vi kan vara sjuka men ändå må ganska bra – vi kan vara friska men ändå må dåligt.

Kursen är en inbjudan till samtal om de viktigaste byggstenarna inom existentiell hälsa utifrån WHO: Inre frid och harmoni – Hopp – Andlig styrka och kontakt – Helhet, tillit – Förundran – Gemenskap – Meningsfullhet – Personlig tro

Vi bjuder in till en kurs på dagtid, där vi får lyssna till samtal och samtala med varandra. Upplägget kommer vara att vi samlas, fikar tillsammans, tittar på en kort film kring dagens tema och samtalar sedan om vad som väckts i oss.

Plats: Olivehällkyrkan, Vallbyvägen 35
Tid: Varannan onsdag, kl 14.00-16.00, udda veckor med start 3/2–2027.
Anmälan: Senast 29/1–27. Begränsat antal platser.
Anmälan till: mats.carlsson@olivehallkyrkan.se. Tel: 072-06 12 429

Olivehällkyrkan

Bilda