

Sonntag
22. März 2026
(10:00 - 17:00 Uhr)

Stärkungstag
für Aktive im
Umweltbereich
(für alle Interessierte)



in
Essen
(Rüttenscheid)

Viele Menschen sind im Umweltbereich aktiv.
Alle sind auf der Suche nach Gleichgesinnten
oder Kraftquellen, um dieses Engagement
langfristig leisten zu können.

Mehrere Aktive aus dem ‘Ruhrgebiet‘ (u.a.
aus Köln, Dortmund, Essen, Wuppertal) haben
sich schon getroffen, um Aktionen zu planen
und durchzuführen und sich gegenseitig zu
unterstützen. Etliche sind in Achtsamkeits-,
Meditations- und buddhistischen Gruppen
aktiv; andere engagieren sich in Parteien und
Projekten oder im lokalen Bereich.

Am **22. März 2026** sind weitere Interessierte
zu einem **Stärkungstag** eingeladen.

Vormittags wollen wir uns kennenlernen,
indem wir über unsere Aktivitäten sprechen
und über unsere Methoden, Kraft zu schöpfen.

Gegenseitige Hilfe Sinnstiftende Motivation Innere Ruhe Achtsames Agieren
--

Am Nachmittag werden wir Zeit zum
persönlichen Austausch haben - bei einem
Walk&Talk, beim Qigong-Üben in einem
Park, bei Gesprächen über weitere Aktivitäten
und Vernetzungs-Möglichkeiten.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Das Treffen
findet in **Essen (Rüttenscheid)** statt.

Koordination, Infos & Anmeldung:
Manfred Folkers folkers@dbu-brg.org