Im Hotel Sunnehüsi können Sie sich entspannen, loslassen und sich wohlfühlen.

Wir heissen Sie herzlich willkommen und wünschen Ihnen einen gesegneten Aufenthalt.



Anmeldung:

Hotel Sunnehüsi
Alte Gasse 10
3704 Krattigen

Tel.: 033 650 78 78
info@sunnehuesi.ch
www.sunnehuesi.ch

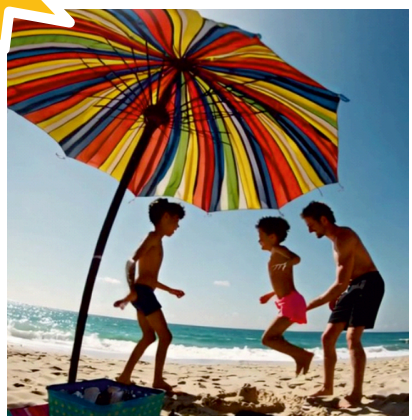
Folge uns auf

Evangelisches Gemeinschaftswerk

rch HOTELS Verband Christlicher Hotels

Hotel Sunnehüsi 3704 Krattigen

NEU!



Wo ist die Freude hin?

7. - 9. März 2027

mit Markus Staub

Freude finden - *wie wir sie im Alltag entdecken, halten und teilen*





Eigentlich ist alles in Ordnung - und Trotzdem fehlt etwas. Die Tage gleichen sich, man funktioniert, und die Leichtigkeit ist leider verschwunden.In zwei lebendigen Tagen entdeckst du, woher Freude kommt, wer sie dir stiehlt und wie du sie jeden Tag wieder einladen kannst.
Mit Geschichten, verblüffendem Wissen aus der Forschung und vielen Übungen, die Spass machen.

Das erwartet dich an diesen zwei Tagen:

1. **Was Freude ist** - und was im Gehirn geschieht
2. **Die Freuderäuber** - und wie du sie überlistest
3. **Freude im Körper** - lachen, atmen,tanzen
4. **Geniessen lernen** - mit allen Sinnen
5. **Geteilte Freude** - Menschen und Mitfreude
6. **Tiefe Freude** - Dankbarkeit, Sinn und Flow
7. **Freude trotz allem** - wenn das Leben schwer ist
8. **Deine Freude-Apotheke** - für jeden Tag

Leitung:



Markus Staub
Heimisbach

Jahrgang 1960, verheiratet
Geschichtenerzähler in Wort, Bild und Ton
Hobbys: lesen, schreiben, Musik hören, Psychologie

Anreise	Bahn / Bus: ab Spiez Autobus Nr. 61 bis Krattigen Dorf Auto: via Spiez – Krattigen oder via Leissigen – Krattigen
Kursstart	Sonntag, um 16.30 Uhr Zimmerbezug ab 15.00 Uhr
Abschluss	Dienstag, am Nachmittag um 15.00 Uhr Zimmerabgabe bis 10.00 Uhr
Tagesablauf	08.00 - 09.00 Uhr Frühstück 12.00 Uhr Mittagessen 17.45 Uhr angebotene Andacht 18.00 Uhr Nachtessen Vormittags, späterer Nachmittag und abend arbeit am Thema
Mitnehmen	Schreibzeug und gute Laune. Weitere Infos folgen für alle Angemeldeten.
Anmeldung	bis 3. März 2027
Teilnehmerzahl	mindestens 5
Versicherung	ist Sache der Teilnehmenden
Kosten	**CHF 200.00** , inkl. Workbook und wird von der Kursleitung in bar eingezogen.

Zimmer pro Nacht: (inkl. VP + MWST, exkl. Kurtaxe)

EZ/WC/DU	CHF 144
EZ/WC/DU/Seesicht	CHF 154
EZ/WC/DU/Seesicht/Balkon	CHF 162
DZ/WC/DU/Seesicht	CHF 278
DZ/WC/DU/Seesicht/Balkon	CHF 294