

Herz, Humor und Tatendrang in turbulenten Zeiten

Vortrag mit Eva Karel
Mi, 17. Juni 2026 18:30



Wir alle schlottern mit den Knien – wen wundert's. Angesichts des rasenden Tempos, der Zersplitterung unserer Aufmerksamkeit und all der düsteren Zukunftsprognosen, die uns in den Knochen stecken? Mit kleinen Tricks, Humor und Herzlichkeit lichten wir zwischendurch das Dickicht und nehmen die Fährte zu uns selbst auf. Wir sortieren mit Hilfe von Viktor Frankl unser Innenleben, landen im Körper, bevor wir auch wieder in herzliche Interaktion mit der Welt treten. Eva Karel wird sowohl eine Portion Tatendrang als auch Ruhe auftischen. Vermutlich werdet ihr euch zwischendurch gemütlich am Sessel sitzend in einfachen Yoga-Übungen wiederfinden (für die ihr absolut gar nichts können müsst, einen Körper zu haben reicht :-). Eventuell werdet ihr zur einen oder anderen niederschwelligen Schreibübung angestiftet (für die ihr schon wieder nichts können braucht). - Immerhin wollen wir nicht nur Input bekommen, sondern auch uns selbst zuhören und das funktioniert frei schreibend nun mal wunderbarst.

- Vortragende:** Mag.a Eva Karel, MA
Lektorin an der Universität Wien,
lehrt sie seit 24 Jahren Yoga,
Autorin der folgenden Bücher:
„Om, Oida! Yoga ohne Maskerade.“ (2018)
„Om, Oida 2! Yoga LEHREN ohne Maskerade“ (2020)
„Alles wird gut, Oida! Nicht deppert werden in
wilden Zeiten“ (2025)
- Ort:** Gesundheitservice Michaela Kiesling
Stadiongasse 5/2a, 1010 Wien
- Termin:** Mi, 17. Juni 2026 18:30
- Preis:** 20€
- Anmeldung:** office@michaelakiesling.at, +43 664 2233988

