

“Woche der Stille”

Unterschleißheim

im Anschluss an den 11. Gesundheitstag am 12.10.2019

Schirmherr: Erster Bürgermeister Christoph Böck

Sonntag 13.10.2019 bis Freitag 18.10.2019



www.yoga-together-one.de/woche-der-stille-2



Grußwort des Ersten Bürgermeisters Christoph Böck

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger!

Wer wünscht sich nicht mehr Gesundheit, Ruhe, Gelassenheit und Wohlbefinden in seinem Leben?

Ich freue mich, dass zum ersten Mal die Aktion „Woche der Stille“ in Unterschleißheim stattfindet. Den Veranstaltern ist es gelungen, ein breites Programm mit vielen unterschiedlichen Möglichkeiten zur Entspannung und innerer Einkehr zusammenzustellen. Stöbern Sie in diesem breiten Angebot und nutzen Sie es. Ich bin sicher, Sie werden das Richtige für sich finden.

Besonders freut es mich, dass diese Aktion gemeinnützig ist. Die Spendengelder kommen unseren Grundschülerinnen und Grundschülern zu Gute, um im Rahmen des Unterrichts entspannungsfördernde Maßnahmen einzuführen.

Mein herzliches Dankeschön gilt den Veranstaltern, die mit viel Elan die „Woche der Stille“ organisieren, und allen Anbietern, die sich ehrenamtlich einsetzen!

Als Schirmherr wünsche ich der „Woche der Stille“ viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer und eine gute Entspannung.

Herzliche Grüße

Christoph Böck
Erster Bürgermeister
Stadt Unterschleißheim



Dieses Jahr organisiert **yoga-together-one** im Rahmen des Gesundheitstages am 12.10.2019 zum ersten Mal in Unterschleißheim die „Woche der Stille“ vom Sonntag, den 13.10. bis Freitag, den 18.10.2019.

Dieses soziale Projekt steht unter dem Motto **“Tanke Kraft aus der Stille”** und soll das Gesundheitsbewusstsein aller fördern. Es ist unser Anliegen, in dieser schnelllebigen und “lauten” Zeit durch die Präsentation einer Vielfalt von unterschiedlichsten Gesundheitsangeboten Impulse zu setzen: Sich seiner Gesundheit zu besinnen, innere Ruhe und Kraft zu finden und durch individuelle Möglichkeiten Erfahrungen machen zu können, die helfen, den Herausforderungen des Alltags gesünder, gelassener und zufriedener begegnen zu können.

Wie können Sie teilnehmen?

Stöbern Sie durch unser großes Angebot auf den nächsten Seiten und melden Sie sich beim entsprechenden Anbieter bitte selbst an.

Unser Angebot ist unentgeltlich. Alle Anbieter/innen arbeiten in dieser Woche ehrenamtlich ohne Honorar. Das gesamte Projekt basiert rein auf der Spendenbereitschaft aller Interessierten, Teilnehmenden und Unternehmen, die damit alle ein Teil dieses wunderbaren sozialen Projekts werden.

Die Gebühr für die Teilnahme an allen Angeboten erfolgt auf Spendenbasis und wird an den Schulförderverein überwiesen.

Die Spendengelder werden eingesetzt, um allen Unterschleißheimer Grundschullehrern Werkzeuge an die Hand zu geben, um bereits die Kleinen mit entspannungsfördernden Methoden und Möglichkeiten vertraut zu machen.

Eine „Woche der Stille“ auch für Unternehmen



Als gesundheitsförderndes Unternehmen haben Sie die Gelegenheit, sich und Ihren Mitarbeitern das unkomplizierte Kennenlernen und Erfahren verschiedener gesundheitsstärkender Angebote zu ermöglichen. Gesunde und zufriedene Mitarbeiter sind eine wichtige Säule jedes erfolgreichen Unternehmens.

Was für Möglichkeiten haben Sie als Unternehmen?

- Unternehmen haben die Möglichkeit aus beiliegenden Angeboten, für ihre Mitarbeiter **eine „Auszeit der Stille“ zu buchen**. Gerne beraten wir Sie dabei, welches Angebot zu Ihrem Unternehmen passt. Dieses kann dann in Ihren Räumen oder auch extern, je nach Möglichkeit, stattfinden.
- Unternehmen können Ihre Mitarbeiter über die stattfinden Angebote in der „Woche der Stille“ in Unterschleißheim **über Intranet oder Aushang informieren und ihnen somit Gelegenheit zur Teilnahme geben**. Weitere Programmhefte erhalten Sie gerne von uns.
- **Sie möchten das Projekt mit einer Geldspende unterstützen?** Dann freuen wir uns über Ihre Überweisung an den Träger der Aktion: Schulförderverein der Johann-Schmid-Grundschule e.V.
IBAN DE54 7025 0150 0027 1163 00 bei der Kreissparkasse München Starnberg Ebersberg Verwendungszweck “Woche der Stille” und Anschrift (ab 50 € ist eine Spendenquittung möglich)

Haben wir Ihr Unternehmerherz erreicht? Dann würden wir uns sehr über Ihre Teilnahme freuen.

Kontakt: info@yoga-together-one.de

Telefon: 0171-813 2058 Antonella Peinl

Yoga-Together-One - Antonella Peinl - Manuela Faki - Petra Albus
und alle Mitwirkenden