

# Kurz minimalismus

## Lebensstil und Gestaltungskonzept

---

Beschreibung	<p>Möchtest Du mehr Klarheit und Ordnung in Dein Leben bringen? Hast Du Lust auf ein leichtes Lebensgefühl? Willst Du vereinfachen und achtsamer leben?</p> <p>Minimalismus als Lebensstil hilft Dir dabei. Du erfährst im Kurs "Minimalismus" etwas übers Entrümpeln und das minimalistische Wohnen, sowie Minimal Waste und ein minimalistisches Leben allgemein.</p> <p>Willst Du viel praktische Infos zu einem minimalistischen Lebensstil, bist Du hier richtig.</p>
Inhalt Tag 1	<ul style="list-style-type: none"><li>- Achtsamkeit</li><li>- Minimalismus</li><li>- Der Lebensstil</li><li>- Konsum</li><li>- Einfacher Leben</li></ul>
Inhalt Tag 2	<ul style="list-style-type: none"><li>- Minimalistisch Wohnen</li><li>- Wohnstile</li><li>- Minimalistische Farben</li><li>- Entrümpeln</li><li>- Mein Traumraum</li></ul>
Inhalt Tag 3	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kleiderschrank entrümpeln</li><li>- Capsule Wardrobe</li><li>- Projekt 333</li><li>- Körperpflege einfach und natürlich</li><li>- Minimal Waste</li></ul>
Kursleitung	<p>Barbara Hodel Integral Coach Minimalistin Farbgestalterin für Raum und Mensch <a href="http://www.barbarahodel.ch">www.barbarahodel.ch</a></p>
Daten und Ort	<p>Freitag, 4. Oktober 2019, 09:00 – 11:00 Freitag, 11. Oktober 2019, 09:00 – 11:00 Freitag, 18. Oktober 2019, 09:00 – 11:00 Kran, Bahnhofstrasse 9, 3186 Düdingen</p>
Dein Ausgleich Mitbringen Infos Anmeldung	<p>Fr. 240.— inkl. Unterlagen, bar zu bezahlen bei Kursbeginn Schreibzeug <a href="mailto:kontakt@barbarahodel.ch">kontakt@barbarahodel.ch</a> <a href="mailto:kran@sensemail.ch">kran@sensemail.ch</a> bis 24. September 2019</p>