

Die Kraft der Natur

81 Naturfotos und Gedanken von Persönlichkeiten



Streifzüge in der Natur bieten Überraschungen. Diese zu entdecken, ist eine Leidenschaft der Autorin. Viele Eindrücke hält Brigitte Rindlisbacher mit der Kamera fest, andere sind als frohe Erinnerungen da. Erfahrungen aus der Natur und gute soziale Netzwerke sind wichtige Grundlagen für eine gute Resilienz. Achtsamkeit in der Familie, im Freundeskreis oder in einer Dorfgemeinschaft fördern ein gutes Leben für alle. Dazu gehören gemeinsam Feste feiern, Geschichten erzählen, mit den Jahreszeiten leben und sich gegenseitig unterstützen. 81 Persönlichkeiten haben zu je

einem Naturfoto der Autorin ihre Erfahrungen und Wünsche formuliert. Die Leserinnen und Leser sind dazu eingeladen, sich vom Buchinhalt inspirieren zu lassen und ihre eigenen Gedanken in die freien Schreibfelder zu schreiben.

Autorin

Brigitte Rindlisbacher, 1955 in Bern geboren, machte Einsatz Erfahrungen mit der UNO und der Rotkreuzbewegung. Während 14 Jahren war sie in einer Führungsfunktion im SRK und mitverantwortlich für den Einsatz von Expertinnen in der Corona-Pandemie.

Gesellschaft

Brigitte Rindlisbacher

Gemeinsam achtsam

176 Seiten, Hardcover,
mit 81 Farbfotos

CHF 24.80

ISBN 978-3-7245-2488-5