



Die Ammerseer Krebs-Selbsthilfegruppe Inning ist Mitglied der Bayerischen Krebsgesellschaft e. V.

## Ho' oponopono

### - Das hawaiianische Vergebungsritual -

Ho' oponopono ist eine alte wirkungsvolle Methode aus Hawaii zur Lösung von negativen Emotionen und Gefühlen. Diese können andere in uns auslösen, aber auch Situationen im Alltag.

Wir können verärgert, traurig oder neidisch sein und projizieren dies nach außen, auf andere Menschen – und sind uns dessen nicht bewusst.

Das alles kann Einfluss auch auf unsere Gesundheit nehmen.

Mit Ho' oponopono können wir uns selbst vergeben.

**Referentin:** Jutta Arnold

**Mittwoch, den 16. September 2015**

**17:15 – 19:00 Uhr**

Nachbarschaftshilfe Inning  
Enzenhofer Weg 9 (1. Stock)

**Alle Interessenten und Gäste sind herzlich eingeladen!**

Weitere Informationen: Dorotee von Zech-Horkel ❖ 0172 9607927



Die Ammerseer Krebs-Selbsthilfegruppe Inning ist Mitglied der Bayerischen Krebsgesellschaft e. V.

## Ho' oponopono

### - Das hawaiianische Vergebungsritual -

Ho' oponopono ist eine alte wirkungsvolle Methode aus Hawaii zur Lösung von negativen Emotionen und Gefühlen. Diese können andere in uns auslösen, aber auch Situationen im Alltag.

Wir können verärgert, traurig oder neidisch sein und projizieren dies nach außen, auf andere Menschen – und sind uns dessen nicht bewusst.

Das alles kann Einfluss auch auf unsere Gesundheit nehmen.

Mit Ho' oponopono können wir uns selbst vergeben.

**Referentin:** Jutta Arnold

**Mittwoch, den 16. September 2015**

**17:15 – 19:00 Uhr**

Nachbarschaftshilfe Inning  
Enzenhofer Weg 9 (1. Stock)

**Alle Interessenten und Gäste sind herzlich eingeladen!**

Weitere Informationen: Dorotee von Zech-Horkel ❖ 0172 9607927