

# Schaukeln

So lautet der Titel des Buches von Herrn Prof. Dr. Wilhelm Schmid, indem er in zehn Auf- und Abschwüngen beschwingt zur Lebensfreude anregt.

Die Selbsthilfegruppe „**Tugenden gegen Depressionen**“ lädt ein zu einer Autorenlesung am

**Donnerstag, den 01. Juni 2023, um 19:30 Uhr**

Hierbei handelt es sich um eine Online-Veranstaltung per Zoom.

**Leben ist Schaukeln:** Schwung holen, Leichtigkeit fühlen und Höhenflüge erleben, auf den Beistand Anderer hoffen und das flaue Gefühl beim Abschwung hinnehmen lernen.

Das Schaukeln ermöglicht ein Hin- und Herschwingen zwischen den unterschiedlichen Seiten des Lebens, zwischen der Freude am Schönen und dem Umgang mit dem weniger Schönen. Für viele Probleme im Leben und in der Liebe ist Schaukeln die Lösung.

Die Teilnahme ist kostenlos und die Zugangsdaten lauten:

Meetings-ID: 361 116 4020

Kennwort: Schaukeln

[Zoom-Meeting beitreten](#)

## **Kontaktperson:**

Michael Vogt / Handy +49 177 4429282

info@tugenden-gegen-depressionen.de

