

# Inhalt

Im Hier und Jetzt zuhause sein	
Einführung von Ursula Hanselmann .....	7
 Vorwort .....	 11
 <i>Ausruhen und nichts tun</i> .....	 15
 <i>Innehalten</i> .....	 37
 <i>Präsent sein, zuhause sein</i> .....	 61
 <i>Verbundenheit und Intersein</i> .....	 85
 Kontaktadressen .....	 124
 Zum Weiterlesen .....	 126