

# Paritätische Akademie Thüringen Unsere Sommerakademie 2026

## Endlich Sommerferien und jetzt?



Unsere Sommerakademie **„Pause mit Absicht“** bietet genau dafür Formate: in der Natur, online oder in bewegten, kreativen und körperorientierten Settings.

Die Angebote verstehen sich als Impuls- und Reflexionsformate, die je nach Trägerregelung auch im Kontext beruflicher Freistellung oder als ergänzende Bildungs- und Gesundheitszeit eingeordnet werden können.



**04.08. | vor Ort**  
**von 13:00 - 17:00 Uhr**

**Aufhören und Anfangen –  
Date mit der Zukunft**

**05.08. | vor Ort**  
**von 09:00 - 15:30 Uhr**

**Ein Wandertag für  
Körper, Geist & Seele**

**06.08. | online**  
**von 08:30 - 13:00 Uhr**

**Zwischen Reizflut &  
Dauerverfügbarkeit –  
Strategien für digitale  
Balance**

**07.08. | online**  
**von 09:30 - 11:00 Uhr**

**Klangpause - Ein  
Workshop für  
Selbstfürsorge mit Musik**

**11.08. | vor Ort**  
**von 09:00 - 15:00 Uhr**

**Mit Tanzen, Lachen und  
Entspannung zu mehr  
Lebensfreude**

**13.08. | vor Ort**  
**von 09:00 - 16:00 Uhr**

**Mit Qi Gong zu mehr  
Energie und innerer  
Ausgeglichenheit**



**Jetzt buchen! [www.paritaetische-akademie.de](http://www.paritaetische-akademie.de)**