



## NIKSEN

60 Minuten bewusstes Nichtstun

**Jeweils am 1. Montag im Monat von 19.30 bis 20.30 Uhr**  
im Anhaltspunkt, Ida Sträuli-Strasse 91

Wir leben in einer ultraschnellen Welt, sind dauernd beschäftigt und stark von Handy & Co. abgelenkt. Nixen ist der neue Trend aus den Niederlanden, der Gegensteuer gibt. Einfach mal gar nichts tun: kein Smartphone, kein Multi-tasking, keine To-Do-Listen – dafür bewusstes Abschalten und mentale Erholung. Entspannen ohne feste Regeln: Tagträumen, aus dem Fenster oder in den Himmel schauen, bequem auf dem Boden liegen...

Komm fünf Minuten früher und suche dir einen Platz im – oder bei schönem Wetter auch vor dem – Anhaltspunkt und schenke dir 60 Minuten Nichtstun.

**Ohne Anmeldung**

**Daten: 7. Sept., 5. Okt., 2. Nov. und 7. Dez. 2026**