

Verschiedene Meditations- und Achtsamkeitsübungen helfen zur Ruhe zu kommen. Es gibt jeweils eine kurze Einführung in die Übungen sowie einen Impuls aus dem christlichen Glauben.

Daten: jeweils von 19.00 – 19.45 Uhr

Mittwoch, 25. September 24

Donnerstag, 31. Oktober 24

Donnerstag, 28. November 24

Mittwoch, 18. Dezember 24

Donnerstag, 23. Januar 25

Mittwoch, 19. Februar 25

Donnerstag, 27. März 25

Donnerstag, 25. April 25

Donnerstag, 22. Mai 25

Mittwoch, 25. Juni 25

Ort: Pfarreisaal Heiligkreuz,
Staatsstrasse 111 in Heiligkreuz

Infos: Keine Vorkenntnisse notwendig.
Kostenlose Teilnahme.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung
und warme Socken mit.

**Leitung/
Infos** Claudia Menet und Silvia Broder
silvia.broder@kath-msl.ch