

Achtsamkeit

mit christlicher Spiritualität



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

Donnerstag, 21. September 23

Donnerstag, 26. Oktober 23

Donnerstag, 30. November 23

Mittwoch, 20. Dezember 23

Donnerstag, 25. Januar 24

Mittwoch, 21. Februar 24

Mittwoch, 20. März 24

Donnerstag, 25. April 24

Mittwoch, 29. Mai 24

Donnerstag, 27. Juni 24

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 Sonja Kroiss
sonja.kroiss@kath-msl.ch

Achtsamkeitsübungen

Stille

Gebet



www.kath-msl.ch - Erwachsenenbildung



RÖM.-KATH. SEELSORGEEINHEIT
MITTLERES SARGANSERLAND