

KRAFT SCHÖPFEN DURCH MEDITATION

mit Shrikala Jammalamadaka &
Petra Johann

**Meditationskurs für pflegende und
kümmernde Angehörige**

Fühlen Sie sich erschöpft, ausgelaugt, lust- und gedankenlos? Hier im Meditationskurs erhalten Sie Anleitung zum Meditieren und interessantes Hintergrundwissen zum Thema an die Hand. So können Sie das auch jederzeit zuhause für sich praktizieren.

In einer geleiteten Meditation werden wir dann in verschiedenen Sitzungen die Theorie in die Praxis umsetzen.

Der Kurs findet immer montags und mittwochs von 17:00 bis 19:00 Uhr im Begegnungszentrum Auguste-Oberwinter-Haus und im Begegnungszentrum Gallus statt.

**Erster
Termin
27. März**

**Anmeldung erforderlich:
Tel. 0163 6817530
E-Mail: petra.johannhpffm@gmail.com
Je Termin 5,00 Euro**

Weitere Termine 2024 werden bei Anmeldung bekannt gegeben.
Der Kurs dauert bis 24.6.24.

**Beginn 27.3.24 am Ort:
Begegnungs- und
Servicezentrum Rödelheim
Auguste-Oberwinter-Haus
Burgfriedenstraße 7
60489 Frankfurt am Main**

KRAFT SCHÖPFEN DURCH MEDITATION

mit Shrikala Jammalamadaka &
Petra Johann

**Meditationskurs für pflegende und
kümmernde Angehörige**

Fühlen Sie sich erschöpft, ausgelaugt, lust- und gedankenlos? Hier im Meditationskurs erhalten Sie Anleitung zum Meditieren und interessantes Hintergrundwissen zum Thema an die Hand. So können Sie das auch jederzeit zuhause für sich praktizieren.

In einer geleiteten Meditation werden wir dann in verschiedenen Sitzungen die Theorie in die Praxis umsetzen.

Der Kurs findet immer montags und mittwochs von 17:00 bis 19:00 Uhr im Begegnungszentrum Auguste-Oberwinter-Haus und im Begegnungszentrum Gallus statt.

**Erster
Termin
27. März**

**Anmeldung erforderlich:
Tel. 0163 6817530
E-Mail: petra.johannhpffm@gmail.com
Je Termin 5,00 Euro**

Weitere Termine 2024 werden bei Anmeldung bekannt gegeben.
Der Kurs dauert bis 24.6.24.

**Beginn 27.3.24 am Ort:
Begegnungs- und
Servicezentrum Rödelheim
Auguste-Oberwinter-Haus
Burgfriedenstraße 7
60489 Frankfurt am Main**