

V.I.P. Auszeit - einmal im Monat – eine Stunde nur für sich

Jeweils in den letzten Wochentagen eines Monats sind Sie zu einem ruhigen Monatsabschluss nur für sich und das was Ihnen persönlich und spirituell wichtig ist eingeladen.

Die Stunde bietet:

- eine Meditation, Fantasiereise oder Entspannungsübung zum Einfach-bei-sich-sein an,
- Anregungen, den Monat noch einmal in den Blick zu nehmen, zu würdigen und loszulassen
- Einen kleinen positiven spirituellen Impuls für den neuen Monat

Die Abende finden im Pfarrhaus EDH, Friedrich-Hebbel-Str. 10a;

Für die Vorbereitung ist es hilfreich wenn Sie sich anmelden:
silvia.schoeneck@bistum-mainz.de; 0176 12539056

Termine

Fr, 29.08. 19.30 – 20.30

Mo, 29.09. 19.30 – 20.30

Do, 30.10. 19.30 – 20.30

Mi, 26.11. 19.30 – 20.30

Wer mag kann eine Decke, Kissen und warme Socken mitbringen.