

# „ATEMPAUSE FÜR DICH“

## Neue Termine:



**21.9. /12.10./23.11. 2018**  
**Jeweils freitags**  
**15.00 bis ca. 18.45 Uhr**

Atem ist Leben. Wenn wir unter Druck stehen, geht uns die Luft aus. Wir verlieren Energie und Lebensfreude. Oft vergessen wir uns selbst.

Mit einfachen Atemübungen wollen wir uns selbst entdecken, frei werden und vielleicht auch Gottes Atem in uns entdecken. Wir machen Übungen im Sitzen, Liegen und Stehen. Eingeladen sind gebärdensprachorientierte Menschen.

**Leitung:** Angelika Sterr, Gemeindereferentin, Atemtherapeutin (AFA®)

**Ort:** Unsöldstr. 13 (Blindenseelsorge)

**Teilnahmebeitrag:** 5 € (Ermäßigung möglich) (inkl. kleinem Imbiss).

## Zum Vormerken:

**27.-29.9. 2019 Atemwochenende in der Oase Steinerskirchen**

## Bitte anmelden:

[hoergeschaedigtenseelsorge@eomuc.de](mailto:hoergeschaedigtenseelsorge@eomuc.de),

SMS/Freemessage 0160/8035341 oder Fax 089/202 23 21



Kath. Seelsorge f. gehörlose, schwerhörige und taubblinde Menschen,  
Dachauer Str. 5, 80335 München  
[www.erzbistum-muenchen.de/hoergeschaedigte](http://www.erzbistum-muenchen.de/hoergeschaedigte), [www.erzbistum-muenchen.de/bibel-in-dgs](http://www.erzbistum-muenchen.de/bibel-in-dgs), [www.taub-und-katholisch.de](http://www.taub-und-katholisch.de)