

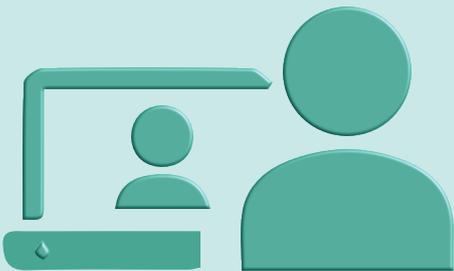
EIN ABEND VOLLER ACHTSAMKEIT

Herzliche Einladung an alle Mamas und Papas

Durch angeleitete
Übungen der Achtsamkeit in
geschütztem Rahmen können
wir entspannen, zu uns selber
finden und Kraft tanken.
Die Übungen sind
alltagspraktikabel für Eltern.



Anleitung durch Pastoralreferentin
Alexandra Schiedeck
Theologin, Physiotherapeutin,
Mutter von zwei Kindern



Online-Veranstaltung
Mo | 11. März 2024 | 20:30 Uhr bis 21:30 Uhr
Anmeldung bis 06.03.2024

Den Link zur Veranstaltung gibt es nach der
Anmeldung per E-Mail an Aschiedeck@ebmuc.de

www.pfarrverband-isarvorstadt.de



Plakatgestaltung | Hubert Ströhle | PGR