

# ZEIT FÜR MICH

## Kontemplative Meditation

**Kontemplative Meditation kann als Hilfe und Möglichkeit dienen, meinem Leben auf den Grund zu gehen und den Alltag bewusst zu leben. Achtsame Übungen regen dazu an, die Mitte im eigenen Leben zu erfahren.**

- **Wahrnehmungs- und Atemübungen**
- **Impuls**
- **Gemeinsame Meditation in Stille**
- **Reflexion**

### **Termine:**

**Mittwoch, 15. Juli 2020**

**Mittwoch, 22. Juli 2020**

**Mittwoch, 29. Juli 2020**

**jeweils von 19:00 bis 20:30 Uhr im Pfarrhof Pitten**

**Auf Ihr Kommen freuen sich**

**PAss Maria Luise Schmitz-Kronaus und Gabi Spreitzhofer**

**Wir bitten um Anmeldung bei Fr. Schmitz-Kronaus unter 0664 6216882.**

Kontakt: Pastoralassistentin Maria Luise Schmitz-Kronaus

Tel: 0664 6216882, maria.schmitz-kronaus@katholischekirche.at

