



Meditation

Innere Kraftquellen erschließen — gestärkt in den Alltag —



Finde deine passende Meditationspraxis

Beginn: Mittwoch 11. September 2024

6 mal: 11.9. / 18.9. / 25.9. / 2.10. / 16.10. / 23.10.

Uhrzeit: 19 — 20:15 Uhr

Ort: Gutenbergstraße 16 (Gemeindehaus Johanneskirche)

Kosten: 65€ / 50% erm. Bonuskarte

Leitung: Georg Gullatz, zert. Trainer f. Achtsamkeit (MLI) und f. achtsame Kommunikation (AAK)

Durch Veränderungen in verschiedenen Lebensphasen oder im Außen der Welt, treten oft und vermehrt innere Ängste und Sorgen auf, die gefühlte Lebensqualität kann sinken. Das Bedürfnis nach Sicherheit kann beeinträchtigt sein, wird deutlicher bewusst.

Lerne gezielte Fokussierungs-, Gewährseins-Übungen und ausgewählte Meditationen, um einen sicheren Kontakt zu Deinen inneren Kraftquellen zu erhalten und diese zu stärken. Verstärke die positiven Effekte durch die Verbindung in der Gruppe.

Anmeldung und Information:

Telefon: 0711-234374-27

E-Mail: begegnungsstaette@stuttgart-west-evangelisch.de
oder
georg@gullatz-consulting.com

Begegnungsstätte West

der Evangelischen Kirchengemeinde
Stuttgart-West

