



## Schritte in die Stille

### Duft Qi Gong & Meditatives Gebet / Kontemplation

„Neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden“

Duft Qi Gong ist eine uralte, einfache Bewegungsübung für Körper und Geist, zur Reinigung, Entspannung, Stärkung.

Die Meditation führt uns in die Stille und ins Schweigen, wo wir uns selbst in unserem tiefsten Wesen finden und offen werden können, um dem Göttlichen zu begegnen.

Das Angebot wird angeleitet.

**Jeden Dienstag, 18:30 Uhr: Duft Qi Gong: Saal**  
**19.00 Uhr: Meditation: Kirche**

#### **Oktober**

03.10

10.10.

17.10.

24.10.

31.10.

#### **November**

07.11.

14.11.

21.11.

28.11.

#### **Dezember**

05.12.

12.12.

19.12.

**Infos:** Heidi Degiorgi: 076 594 71 59

Maja Santana: 079 619 59 41