



# Zeit für mich

Meditation, sanfte Körperübungen,  
Aura- und Chakrenarbeit

Auf der Suche nach inneren Kraftquellen und  
Balance wenden wir uns der Stille in uns zu.

Durch die Übungen verbinden wir uns mit uns  
selbst und dem gegenwärtigen Moment.  
So entfalten wir unser Energiepotential.

Ein Angebot auf Spendenbasis für alle, die erste Erfahrungen mit  
Meditation und Körperarbeit machen oder sich darin vertiefen  
wollen.

**Zeit:** 5. / 12. / 19. / 26. Sept. 2023, dienstags, 19.30 – 20.45 Uhr  
Die Teilnahme an einzelnen Terminen ist möglich.

**Ort:** Forum Gesundheit Neukölln, Weserstr. 175, 12045 Berlin

Bringt bequeme Kleidung und Zeit mit. Alles andere ist vor Ort  
vorhanden.

**Anmeldung:** Katharina Brand 0176 - 83 111 703