


# MEDITIEREN AM MITTWOCHABEND IN ZÜRICH

Mittwochabend von 18.00-20.00 Uhr

Kirchgemeindehaus Paulus, Scheuchzerstrasse 180, 8057 Zürich

07.01./28.01/25.02./25.03./20.05./10.06.2026



Den Tag mit Meditation ausklingen lassen  
und die eigene Praxis stärken. Den Raum  
der Stille erforschen und gemeinsam das  
Licht hell in die Welt strahlen lassen.

Kosten CHF 25 pro Abend

RITA BORER MBSR-Achtsamkeitslehrerin, Supervision und Beratung, [www.ritas-wortschaetze.ch](http://www.ritas-wortschaetze.ch)