Meditieren am Mittwochabend in Zürich

Mittwochabend von 18.00-19.30 Uhr
Kirchgemeindehaus Paulus, Scheuchzerstrasse 184, 8057 Zürich
11.11./09.12.2026 und 13.01./03.02./03.03./07.04./12.05./02.06.2027



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 20 pro Abend

Rita Borer MBSR-Achtsamkeitslehrerin, Supervision und Beratung, www.ritas-wortschaetze.ch