KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

# Entschleunigt durch den Advent

**Ein Stunde Achtsamkeit**

**Mo 15.12.2025, 19.00 - 20.00 Uhr**

Ob Jahresendspurt am Arbeitsplatz, Weihnachtsmarkt- oder Konzertbesuche, Festtagsvorbereitungen oder Winterurlaub - zum Jahresende nehmen wir uns meist noch einmal viel vor. Doch eigentlich laden uns die kürzer werdenden Tage dazu ein, uns auf das Wesentliche im Leben zu besinnen. Bei unserem Treffen nehmen wir uns Zeit für Ruhe und Stille mit Achtsamkeits- und Atemübungen. Wir hören Gedanken/Impulse zur Adventszeit und lassen sie in der Stille auf uns wirken.

**Ort**
94491 Schwanenkirchen, Pfarrsaal

**Mitveranstalter**
Pfarrverband Hengersberg

**Referentin**
Brigitte Eichinger

**Anmeldung**
nicht erforderlich

**mehr Infos & Anmeldung**

VÖ: 2025-07-18 13:39:06

Tel. (09901) 62 28
keb.deggendorf@bistum-passau.de
**www.keb-deggendorf.de**