KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

# Mit Ruhe in den Tag

**Entdecke das Geheimnis des Strömenden**

**Mo 08.06.2026, 8.15 Uhr**

Gönnen sie sich eine wöchentliche Auszeit von 45 Minuten an der Donau bei Niederalteich. Wir beginnen immer montags um 8:15 Uhr mit Körperwahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen am Donaukreuz bei der Fährstelle. Anschließend erwarten sie Impulse aus dem Buch "Das Geheimnis des Strömenden - Eine Liebeserklärung an die Donau". Diese lassen wir auf uns wirken. Zum Abschluss führen wir wieder eine Körperwahrnehmungsübung durch.

**Mitveranstalter**
Freundinnen der Donau, Ökumenischer Aktionskreis Lebendige Donau

**Referentin**
Brigitte Eichinger

**Hinweis**
Treffpunkt um 8.15 Uhr Fähranlegestelle in Niederalteich. Bei Regen findet das Angebot nicht statt.

**Anmeldung**
nicht erforderlich

**mehr Infos & Anmeldung**

VÖ: 2026-02-02 16:36:09

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