

# Gönn dir einen Auftank-Tag

REFORMIERTE  
KIRCHGEMEINDE  
LERCHENFELD



**Samstag, 20. April 2024**  
10.00 – 16.00 Uhr  
in der Kirche Lerchenfeld

**Auskunft und  
Anmeldung:**  
Elisabeth Zimmermann  
033 221 57 60  
078 762 08 91  
[elisabezi@bluewin.ch](mailto:elisabezi@bluewin.ch)

Gönn dir einen Tag ...

... zum Auftanken

... der Achtsamkeit

... der Erholung

... der Einkehr zu dir selbst

... der Einkehr zu deiner Quelle

Mit Körperübungen, Musik, Meditation, Zeiten der Stille und des Gesprächs, beschäftigen wir uns mit Texten aus der christlichen Tradition und der Bibel.

Dieses Angebot richtet sich an alle,  
es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Die Mittagspause dauert zirka 1 Stunde.  
Für die Verpflegung sind alle selbst verantwortlich. Es gibt eine Bäckerei mit Café und einen Coop in der Nähe.

Matten, Sitzkissen und Bänkli sind vorhanden.  
Warme, bequeme Kleidung ist von Vorteil.

Ich freue mich sehr auf dich und unser Zusammensein!

Elisabeth Zimmermann