



# Innehalten

## singen und schweigen

Einmal im Monat aussteigen und eintauchen in meditative Lieder und Gesänge. Kraft schöpfen aus der Stille. Gestärkt weitergehen.

Jeweils donnerstags um 19.30-20.15 Uhr:

**6. August, 3. September, 15. Oktober, 5. November, 3. Dezember 2020**  
in der Kath. Kirche Petrus und Paulus Ittigen, Rain 13.

Ein Team von Freiwilligen bereitet die Lieder und Meditationen vor. Jede\*r ist herzlich willkommen.

Kontakt:

Christine Kohlbrenner-Borter, 079 767 87 67; [ch.kohlbrenner@gmail.com](mailto:ch.kohlbrenner@gmail.com)  
Sibylle Wüest, 079 780 96 26, [sibylle.tresch@bluemail.ch](mailto:sibylle.tresch@bluemail.ch)

