



Mehr  
Generationen  
Haus  
*Miteinander – Füreinander*



# MEDITATION: ENTSPANNUNG FÜR KÖRPER & GEIST

In geführten Meditationen geht es in erster Linie um Ruhe und Entspannung, es werden aber auch die Konzentration und die Gemeinschaft gefördert. Susanne Barth, mediale energetische Trainerin leitet den Kurs. UKB: 1€/Person. Alle 2 Wochen dienstags. Mitzubringen sind eine Matte, eine Decke und etwas zu trinken.

## Kultursaal

**1.+3.Di. im Monat,  
10.00-11.00 Uhr**

Mehrgenerationenhaus  
Offenbach/Queich  
06348/615246  
mgh@offenbach-  
queich.de

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

