



Oasentag " Stille und Klang"

Dienstag, 25.11.2025

Zeit haben – einfach nur für sich selbst

Ein Wunsch, der vielen vertraut ist: Der Alltag mit seinen zahlreichen Verpflichtungen kann überwältigend wirken. Alles soll gleichzeitig geschehen, doch für das Wesentliche bleibt kaum Raum – Ruhe und Muße geraten ins Hintertreffen.

Impulse zu Wertschätzung, Wahrnehmung und Achtsamkeit stehen im Mittelpunkt – sowohl im Blick auf sich selbst als auch auf andere. Der Tag ist eingebettet in Meditationen mit Klangschalen und Gong und lädt dazu ein, loszulassen und sich wohlfühlen.

Die Klangmeditation kann eine tiefgehende Wirkung auf die Entspannung entfalten und dazu beitragen, Körper, Geist und Seele wieder in Einklang zu bringen.

Kurs : Z2632-001
Gebühr: 55,00 Euro
Datum: Dienstag, 25.11.2025
Uhrzeit: 09:30 - 17:00 Uhr
Ort: Haus Emmaus, Münster

Leitung: Janine Bensmann
Robert Mensinck (Pastor)

Anmeldung: Kreisbildungswerk Coesfeld
Südring 13a, 48653 Coesfeld
02541 952673
Kbw-coesfeld@bistum-muenster.de

www.kbw-coesfeld.de



 **KREISBILDUNGSWERK
COESFELD**
KATHOLISCHE KIRCHE
BISTUM MÜNSTER