

# ZEIT FÜR BEWUSSTHEIT

## Bewusstheits- / Erfahrungskreis

Möchtest Du

- Dich selber besser kennenlernen?
- Dir selber auf die Spur kommen?
- Erkennen, wer und was Dich ausmacht?



Wir lassen uns ein:

Auf den Atem und uns selbst.  
Wir arbeiten mit Tönen, dem Körper, Meditation und Leichtigkeit - und in der Begegnung mit Anderen.  
Im Anschluss geselliges Beisammensein - wer mag!

**Trau Dich!**

**Wir freuen uns!**

19. März 2022 / 13.30 -17.00 Uhr in Baden AG

Sonja Kummer, [so.wie@bluewin.ch](mailto:so.wie@bluewin.ch), [www.bewusstheits-bühne.ch](http://www.bewusstheits-bühne.ch)