

MITTENDRIN

Senioren- und Nachbarschaftstreff
Georg-Schwarz Str. 157
04179 Leipzig (Leutzsch)



Bildquelle: <https://pixabay.com/de/photos/meditation-gong-meditieren-3480814/>



SPENDENEMPFEHLUNG: 1,50€

NEUE WEGE ZU MIR

ACHTSAMKEIT ERLEBEN

MO, 11:30 - 13:00



„In den kleinsten Dingen zeigt die Natur die allergrößten Wunder.“ (Carl von Linné)

Unser Leben in der heutigen Zeit ist oft schnell, kurzlebig und hektisch. Viele Dinge passieren gleichzeitig und wir müssen uns mit stetiger Veränderung auseinandersetzen. Dabei bleibt wenig Raum für innere Ruhe, berührende Begegnungen oder das bewusste Erleben schöner Momente. Doch sind es oft die Details, an die wir uns ewig erinnern. Mit unserem Achtsamkeits-Angebot möchten wir Körper, Geist und Seele fit halten, fordern und unser Selbstbewusstsein stärken.

NEUES

**Angebot am
Montag!!!**

Start ab 19.05.25,
wöchentlich bis
Ende Juli 2025



Bitte anmelden!



Ein Projekt von

**HEIZ
HAUS**

Gefördert von



Stadt Leipzig
Sozialamt

KONTAKT

Tel

0341 33 20 95 38

Mobil

0157 74 45 74 52

Mail

mittendrin@heizhaus-leipzig.de