



Malen und Meditieren

Hast Du Lust auf kreatives Malen in einer kleinen Gruppe?

An der Malwand kannst Du Dein Bild entstehen lassen und wirst bei Bedarf von der Malbegleiterin unterstützt. Lass Dich überraschen von den Farben und dem, was zum Ausdruck kommen möchte. Du brauchst dazu weder Können noch Wissen. Die Bereitschaft und Freude Dich darauf einzulassen genügen.

Vielleicht möchtest Du lieber meditieren und in die Stille gehen?

Lass Dich in die Entspannung führen und Dich von einer kleinen Bilderreise überraschen. Geniesse die grosse Kraft der Stille.

Natürlich kannst Du auch beides, denn es ist am selben Abend und am gleichen Ort:

Ort: Udligenswil, Raum „Meima“, Küssnacherstrasse 4

Zeit: Meditation: 17.45 bis 18.45 Uhr
Malen: 19.00 bis 20.30 Uhr

Daten: Januar: Dienstag 4., 11., 18., und 25.
Februar: Dienstag 8., 15., und 22.

Preis: Meditation Fr. 10.- pro Abend
Malen Fr. 40.- pro Abend
Meditieren und Malen Fr. 45.- pro Abend

Info: www.meima.ch



Anmeldung:

Brigitta Gunziger: 041 450 15 14
oder brigitta.neubeginn@meima.ch

Die Abende können einzeln oder zusammenhängend besucht werden. Bei Teilnahme an einzelnen Abenden Anmeldung bitte bis Freitagabend davor.