

INSEL DER AUSZEIT

mit Tanja



Spirituelles Gruppenangebot für Mütter

Tanja - Sozialpädagogin des PFH Familienzentrums Kastanienallee
& spirituelle Raumhalterin -

öffnet einen liebevollen Raum für dich, indem du dir erlauben darfst,
ganz du selbst zu sein, dich mit dir und anderen Frauen zu verbinden und zu
entspannen.

An jedem Abend wird es ein anderes Thema geben, begleitet von Methoden wie:
geführten Meditationen, Achtsamkeitsübungen und Klang.

Schenke dir in einem geschützten Raum eine Auszeit vom Alltag,
um in deiner ganzen Kraft zu bleiben oder sie wieder zu finden.

Der Kurs findet an folgenden Terminen statt:
24.04.24; 08.05.24; 29.05.24; 12.06.24; 19.06.24
von 18.30 – max. 20.00 Uhr

im Familienzentrum (Kastanienallee 4, Kita Kastanienallee)
Das Angebot ist kostenfrei und findet ohne Kind statt.

Anmeldung & Fragen unter tanja.liebe@pfh-berlin.de oder
familienzentrum-kastanienallee@pfh-berlin.de

Weitere Infos findet ihr auf
unserer Homepage
[https://www.pfh-berlin.de/de/
familienzentrum-kastanienallee](https://www.pfh-berlin.de/de/familienzentrum-kastanienallee)
und auf Instagram!



@fam_kastanienallee