

MEDITATION

Lär dig använda meditation som ett redskap att erfara stillhet, närvaro och ett mer avslappnat förhållningssätt till tankar, känslor och livs-omständigheter. Mån- och tisdagarnas meditation delas upp i två pass. Du är välkommen att delta i båda passen eller endast i ett. Kostnadsfritt. Ingen föranmälan behövs. Andreaskapellet i kyrkan.



MÅNDAGAR **7 sept–30 nov**

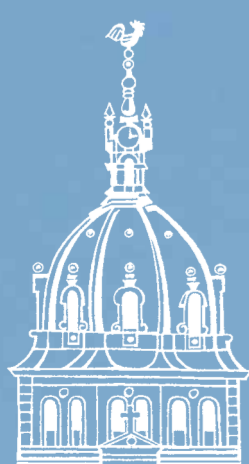
12.00–12.15 Introduktion för nybörjare, (*endast första gången)
12.15–13.00 Meditation

TISDAGAR **1 sept–24 nov**

Stefan Holmberg,
tel: 0700-630 922
16.30–17.00 Introduktion*
17.00–17.45 Meditation

SÖNDAGAR **6 sept–29 nov**

10.30–10.50
Öppen meditation
(ingen introduktion)



HEDVIG ELEONORA KYRKA
Din öppna kyrka vid Östermalmstorg · www.hedvigeleonora.se

Svenska kyrkan 
HEDVIG ELEONORA
FÖRSAMLING