

MEDITATION

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



LUNCHMEDITATION

Måndagar från 6 september 2021 i Andreaskapellet. Meditationsvägledare Leif Thunman.

12.00–12.15 Introduktion för nybörjare, (endast första gången).

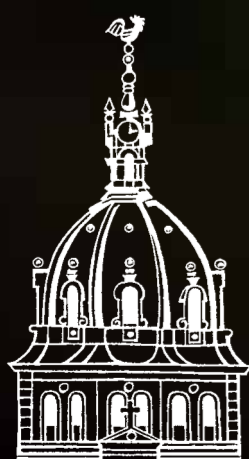
12.15–13.00 Meditation

KVÄLLSMEDITATION

Tisdagar från 7 september 2021 i Andreaskapellet. Meditationsvägledare Stefan Holmberg, tel: 0700-630 922.

16.30–17.00 Introduktion för nybörjare, (endast första gången).

17.00–17.45 Meditation



HEDVIG ELEONORA KYRKA

Din öppna kyrka vid Östermalmstorg · www.hedvigeleonora.se

Svenska kyrkan 

HEDVIG ELEONORA
FÖRSAMLING