

**Nicht die Dinge selbst beunruhigen die Menschen,  
sondern ihre Meinungen und Urteile über die Dinge.**

Epiktet

## **EINLADUNG ZUM TAG DER ACHTSAMKEIT UND DER STILLE**

Meditationserfahrung vorausgesetzt

- Ab 08:45 Uhr Kaffee und Brötchen, wenn du möchtest
- Von 09:30 – 15:30 Uhr Achtsamkeit in Stille
- Kronengasse 20F, Baden

Mitnehmen:

- Weiche Matte
  - Kleines Kopfkissen
  - Lunch
  - Getränk
  - bequeme Kleidung für drinnen und 30 Min. draussen
- 
- Sitzkissen, Stühle und Decken sind vorhanden
  - Es hat eine Garderobe zum Umziehen
  - Bitte melde dich an, falls du teilnehmen möchtest
  - Kosten: Ich freue mich über einen freiwilligen Beitrag

Herzlich, Claudine