

# Innehalten mitten im Alltag

*Innehalten  
mitten im Alltag,  
in Achtsamkeit,  
Schweigen und  
Meditation*

In  
Zusammenarbeit  
mit:



## Ashramtag & Übungstage 2020

**Ashram-Tag Samstag: 25. April**

Leitung:

Sr. Petra Maria Hothum SND

**Ashram-Übungstage samstags:**

Leitung: Barbara Muthen MSC

25. Jan; 29. Febr; 28. März; 30. Mai;

27. Juni; 29. Aug; 26. Sept. 24. Okt;

12. Dez;

jeweils 9-17 Uhr

**Herzlich Willkommen!**

Veranstaltungsort:



Anmeldung u. Informationen:

[info@msc-welthaus.de](mailto:info@msc-welthaus.de)

oder Tel 02501-173185

MSC-Welthaus Hiltrup  
Westfalenstr. 107  
48165 Münster



**MSC · Welthaus Hiltrup**

[www.msc-welthaus.de](http://www.msc-welthaus.de)