

Achtsamkeitsaktion zur Fastenzeit 2021

Im Moment ist nichts so, wie wir es gewohnt sind. Da fällt es einem manchmal schwer an sich selbst zu denken und sich auch eine bewusste Auszeit zu nehmen.

Mit unserer Achtsamkeits-Broschüre für die Fastenzeit 2021 möchten wir dir etwas Gutes tun!

Die Broschüre kann dein Begleiter durch die Fastenwochen sein und soll dir Momente der Besinnung geben und Möglichkeiten der Entspannung bieten.

**wie kannst du dabei
sein?**

Bestelle deine Broschüre via Mail an jugendreferat-tut@bdkj.info

Anmeldeschluss: 09. Februar 2021

