

ATEMPAUSE

Atempausen sind Balsam für die Seele.
Schön, dass sie sich etwas Zeit für sich
nehmen.

Nehmen sie Platz, Wasser und Kräutertee
stehen bereit.

Sie können sich einen Gegenstand aus der
Schale nehmen.

Er könnte helfen, sich vom Alltag ein wenig zu
lösen.

Sie können sitzen oder umhergehen.

Wenn sie mögen, können sie mich
ansprechen.

Jede, Jeder kann kommen und gehen wie sie,
er will, sich auch während dieser Zeit
bewegen und
mit mir reden.

Eintritt frei, Kollekte

Zu diesen wohltuenden Auszeiten sind Sie herzlich
eingeladen!

Mittwoch, 10.1. / 21.2. / 20.3. / 17.4. / 15.5. / 12.6.

13:30 – 14.30 Uhr, Matthäuskirche Luzern

Gastgeberin

Martina Apel (martina.apel@gmx.ch)

Jeweils mittwochs, 1 x monatlich

10. Jan. / 21. Feb. / 20. März / 17. April /

15. Mai / 12. Juni.

13.30 – 14.30 Uhr

Matthäuskirche

reformierte kirche
stadt luzern



ATEMPAUSE

Zeit für sich selbst nehmen



reflu.ch/luzern-stadt