



## **«Atempause» - Erwachsenenbildung**

**Dienstag, 11.11.25 ab 19.00 Uhr im Pfarreisaal /  
gratis und ohne Anmeldung**

Referentin: Michaele Madu, Theologin/Pfarrei Pfäffikon ZH

Vortrag 19 - 20 Uhr: «Das spirituelle Gehirn» - mit Fragerunde

*Beim Messen von Hirnwellen christlicher und buddhistischer Mönche sah man, dass sie bei Gebet/Meditation Gammawellen aussenden. Darauf basierend werden heute Achtsamkeitsübungen gelehrt, die gute Wirkungen hervorrufen.*

Anschliessend ab 20 Uhr: Einladung zum Austausch bei Brot, Käse + Wein

Das Atempause-Team: Käthi Wirth, Ulrike Zogg und Michaele Madu