

offenekirche
bern



4m

männer*
meditieren
mittwoch
morgens

stille morgenmeditation
in der heiliggeistkirche

2025

Geführte offene Meditation für Männer*

30 Minuten gemeinsame
Stille und Achtsamkeit im Alltag

Ein Versuch, sich im Alltag auf die eigene Spiritualität und Achtsamkeit zu besinnen – jenseits von gesellschaftlichen Prägungen, geistlichen Traditionen und persönlichen Erfahrungen.

Jeden ersten Mittwoch des Monats von 7.00 bis 7.30 Uhr, danach Kaffee und Gipfeli.

Daten 2025:

5. Februar, 5. März, 2. April, 7. Mai,
4. Juni, 2. Juli, 6. August, 3. September,
1. Oktober, 5. November, 3. Dezember



offene kirche bern – in der Heiliggeistkirche,
www.offene-kirche.ch @    offene kirche bern
Offen: Dienstag bis Freitag 11–18.30Uhr, Sonntag 13 – 17 Uhr