



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei Guthirt • Ostermundigen, Stettlen, Ittigen, Bolligen



MEDITATION

Sitzen in der Stille

Donnerstags - einmal im Monat
19.30 – 21.00 Uhr
Ostermundigen

Sitzen in Stille

Die Meditationsgruppe in Ostermundigen lädt alle Menschen, die in der Stille vor Gott verweilen möchten, zum gemeinsamen Sitzen in der Kirche Guthirt ein.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Meditationsbänkli und Stühle sind vorhanden.

Wir bereiten uns mit leichten Körperübungen auf das Sitzen vor, dann hören wir einen geistlichen Text, den wir in der Stille meditieren.

Wir nehmen uns Zeit von 19.30 bis 21.00 Uhr.

Daten 2026:

15. Januar

19. Februar

19. März

16. April

21. Mai

18. Juni

20. August

17. September

15. Oktober

19. November

17. Dezember

Ansprechperson:

Rosmarie Itel, Blankweg 9, Ostermundigen, 031 931 27 07

Esther Streiff, Mühlestrasse 21, Ittigen, 031 921 72 11

Katholische Kirche Guthirt

Obere Zollgasse 31

3072 Ostermundigen

www.kathbern.ch/guthirt