



Neugeboren durch Fasten

Infoveranstaltung zum Thema Fasten

Fasten wird seit vielen Jahren in verschiedenen Kulturen gelebt. Fasten befreit Körper, Geist und Seele. Was muss ich beachten beim Verzicht auf feste Nahrung?

Welche Fasten – Regeln gibt es zu befolgen? Kann ich im Alltag fasten? Soll ich allein oder in einer Gruppe Fasten? Welche Fastenformen gibt es?

Lernen Sie das ABC des Fastens kennen.

Datum/Zeit	Freitag, 24. Januar 2025, 19.00-21.00 Uhr
Ort	Vereinslokal Frau und Familie, Schulhausstr. 12, Eschenbach
Referentin	Cornelia Elmiger Fastengruppenleitung Eschenbach
Kosten	Fr. 10.-
Anmeldung	andrea@f-f-eschenbach.ch
Anmeldeschluss	22. Januar 2025

*Fasten befreit
Körper, Geist
und Seele*