



Dunja Bellisario  
Mandachstrasse 52 (Yogastudio Lina Tedaldi)  
8155 Niederhasli  
Telefon: 076 338 08 77

## **Meditationen mit Dunja**

In der heutigen Zeit mit dem Modewort „Stress“ ist es wichtig sich zwischendurch eine Auszeit zu nehmen und sich selber etwas Gutes zu tun. Meditieren wirkt wie eine Massage für die Seele. Durch Meditation seinem höheren Selbst begegnen, Heilung, Lichtarbeit, Traumreisen, entspannen und auftanken sind die Themen dieser Abende, die intuitiv gestaltet werden.

### ***Inhalt:***

Die Meditationen werden von mir geführt und intuitiv dem Gruppenbedürfnis angepasst.

Mögliche Themen:

- Innere Reinigung
- Selbstheilung oder jemandem Heilung schicken
- Stressabbau
- Geistführer
- Loslassen
- Reisen in die eigene kleine Welt
- Kraft tanken
- Schutztechniken

***Wann:*** Jeden Mittwoch

***Zeit:*** 19:30 Uhr - 20:30 Uhr / Türöffnung ab 19:15 Uhr

***Kosten:*** CHF 25.-- Abendkasse / oder Abo 10x CHF 225.--

***Anmeldung:*** Natel 076 338 08 77

***Lageplan:*** Siehe unter [www.dunjasworld.ch](http://www.dunjasworld.ch) unter Downloads