



Katholische Erwachsenenbildung
im Landkreis Deggendorf e.V.

Gemäßigtes Heilfasten nach Hildegard von Bingen - Onlinekurs

Do., 16.11. Einführung

Sa., 18.11. und Mo., 20.11. Gespräch und Meditation

Donnerstag, 23.11. Abschluss und Auswertung

jeweils von 19.00 bis 20.30 Uhr

Das Maßhalten ist nach Hildegard von Bingen eine der wichtigsten Regeln zur Gesunderhaltung von Leib und Seele. Das Hildegardfasten ist ein gemäßigtes Fasten mit bekömmlichen und heilenden Nahrungsmitteln.

Erleben Sie eine Woche zur befreienden Reinigung und Entlastung von Leib und Seele.

Erleben Sie eine Woche Gemeinschaft. Das Fasten in der Gruppe hat sich besonders bewährt.

Ziel des Heilfastenkurses ist aus krankmachenden Gewohnheiten auszusteigen und neue Ordnung in das Leben zu bringen.

Mitveranstalter:

Hildegardkreis

Referent/in:

Angela Jakob

Kosten:

89 Euro

Veröffentlichungsdatum: 13.07.2023

Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Gundelauer Str. 7

94557 Niederalteich

Tel. 09901 62 28

Fax 09901 902880

keb.deggendorf@bistum-passau.de

www.keb-deggendorf.de