

# Jahresreflexion



Zum Ende eines bewegten Jahres lade ich zu einem besonderen Abend ein, der Ruhe und Innenschau bietet.

Gemeinsam reflektieren wir das vergangene Jahr:  
Was hat mich geprägt? Was möchte ich loslassen?

Begleitet von Meditationen und Momenten der Stille schaffen wir Raum für persönliche Begegnungen, fernab des Weihnachtstrubels.

Dieser Abend lädt ein, innezuhalten, Kraft zu tanken und das eigene Bedürfnis zu spüren, um neue Perspektiven oder Dankbarkeit zu entdecken.

Bitte bequeme Kleidung und gerne ein Notizbuch für eigene Gedanken mitbringen.

Pro Person 30,- €

---

am 09.12.2025  
um 19.00 Uhr

KITA Regenbogen  
Mohlenweg 2  
50769 Köln-Langel

Bitte anmelden bei  
Kerstin Christ  
0172 7595103  
oder  
[kontakt@intaktsein.de](mailto:kontakt@intaktsein.de)

