

Impulsabende in der Fastenzeit

Zeit für mich

Für alle, die sich eine kleine Auszeit wünschen,
Neues ausprobieren möchten oder einfach
bewusster die Fastenzeit erleben wollen.



Kraft für den Alltag

Der Alltag fordert uns alle:

Familie, Arbeit, Termine – oft geht alles
so schnell, dass wir kaum Zeit für uns
selbst finden.

Gerade die Fastenzeit bietet die Gelegenheit,
bewusst innezuhalten, aufzutanken und sich etwas
Gutes zu tun.

Wir freuen uns auf DICH!

Pfarrgemeinderat Egg und Großdorf

ALLE ABENDE KÖNNEN
UNABHÄNGIG VONEINANDER
BESUCHT WERDEN.

KOSTEN: 5 EURO PRO ABEND



Katholisches
Bildungswerk
Vorarlberg

Frischekick: Die Kraft des kalten Wassers



Wie Kälte den Kreislauf stärkt, den Kopf klärt und neue Energie schenkt.

Ein Abend über Körperwahrnehmung, innere Stärke, den überraschenden Wellness-Effekt des Wassers und vielleicht dann auch am **27.2. gleich mutiges Ausprobieren.**

Martina Hädge: zertifizierte Wim-Hof-Methode-Instruktorin, Ritualleiterin und Atemtrainiererin in Supervision
(www.martinahaedge.com)

Kosten: 5 Euro

Dienstag, 24. Februar 2026
20:15 Uhr,
Pfarrzentrum Arche Egg



Katholisches Bildungswerk
—
Vorarlberg