

## TAG DER ACHTSAMKEIT 2023



**„Mit Leichtigkeit leben“  
Samstag 9.00 – 16.00 Uhr**

**23. September 2023, MKS, Gartenstrasse 5, Chur**

**Die Teilnehmenden bringen ihr Mittagessen und eine Kaffee-/Tee-Tasse selber mit. Getränke stehen zur Verfügung. Evtl. eigene Decke und Meditationskissen mitnehmen. Kosten: Freiwillige Spende/Dana nach eigenem Ermessen.**

**Anmeldung bitte bis spätestens Mittwoch davor an:  
Lucina Lanfranchi, Giacomettistrasse 21, 7000 Chur  
Tel. 081 250 22 23 / 079 719 65 15  
E-Mail: [lucina.lanfranchi@bluewin.ch](mailto:lucina.lanfranchi@bluewin.ch)**