



Herzmeditation

Zeit für Dich - Zeit für Liebe

*Still werden

*Ankommen im Körper

*Liebe und Licht im Herz spüren

*Mit neuer Kraft heimgehen

In Schwarzenburg im Moveo, Bernstr.11, vis-à-vis Coop
Wenige Gehminuten vom Bahnhof, Besucherparkplätze vorhanden
Am 20.Februar 2026
Am 13.März 2026
Am 24.April 2026
Jeweils von 19- etwa 20 Uhr, ankommen ab 18.30 Uhr
Kosten: 20.- Fr. incl. Tee
Bitte anmelden! Termine können auch einzeln besucht werden
Herzlich Willkommen!



Hortense Ama Helmke
*Focusing
*Sensitiv - mediale Beratung
*Geistiges Heilen
*Lichtarbeit
Bärenbach 299
3157 Milken
Infos und Anmeldung:
baerebach.ch/ama
E-Mail: a.helmke@baerebach.ch
Mobil: 079 683 93 03