

PETRA FRIEDL
psychosoziale beratung

TRAUMASENSIBLE MEDITATIONSABENDE

MIT PETRA FRIEDL

JETZT
ANMELDEN!

TERMINE

23. März 2026
18.00 - 19.00 Uhr

(jeweils 1 Stunde pro Einheit)

Veranstaltungsort:

Werkstatt Leben
Maierhof 39a
5202 Neumarkt am Wallersee

Anmeldung unter:

+43 664 4312378
Oder
verein@werkstattleben.at

Preis:

15,00 EUR/Abend

Bitte komm in bequemer
Kleidung und nimm dir ein
Getränk und deine eigene
Matte und Decke mit.



ERLEBE STÄRKE, GELASSENHEIT
& INNERE BALANCE IM ALLTAG

In meinen Meditationsabenden schaffen wir gemeinsam
einen sicheren Raum für Ruhe, Ankommen und
Selbstwahrnehmung. Sanfte Impulse helfen dir, dein
Nervensystem wahrzunehmen, zu regulieren und Entspannung
willkommen zu heißen.

Ob im Liegen, im Sitzen, mit geschlossenen oder geöffneten
Augen: begib dich mit mir auf eine Reise in dein Innerstes, die
so individuell ist wie du. Du darfst in die Beobachtung gehen,
ohne zu bewerten - alles ist willkommen!

l e b e n s b r ü c k e . a t