

IMMANUEL  
ALBERTINEN  
DIAKONIE



IMMANUEL  
BERATUNG  
RUMMELSBURG

Donnerstags, 19:00 – 20:15 Uhr  
Malchower Weg 2 · 13053 Berlin

Aktuelle Termine finden  
Sie auf unserer Webseite.



## Meditatives Tanzen

in der Taborgemeinde

in Berlin - Hohenschönhausen

In besten Händen, dem Leben zuliebe.

## Herzliche Einladung zum gemeinsamen Tanzen

Meditatives Tanzen beschäftigt sich mit der Mitte. Mitte hat zu tun mit dem Wesentlichen. Jeder Mensch hat eine Mitte, unser Leben hat eine Mitte, auch unser Körper hat eine Mitte. Wenn wir unsere Mitte wahrnehmen, können wir auch unsere Grenzen spüren.

Viele Lebensbedingungen wirken auf uns ein, die Spannungen in uns verursachen: zu viel oder zu wenig Anforderung, Stress, Hektik, Einsamkeit, Isolation. Oft überhören wir die Signale, die unser Körper uns gibt. Das Gefühl für unsere Mitte und unsere Grenzen kann uns verlorengelassen werden. Manchmal werden wir davon krank.

Mit Hilfe von Musik und Bewegung treten wir im meditativen Tanzen in Beziehung zur Mitte – zu unserer Körpermitte, zur Mitte, die durch den Kreis entsteht, den wir im Tanzen gemeinsam bilden.

Wir tanzen leichte Tänze. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

## Veranstaltungsort

Gemeindesaal der Taborgemeinde  
Malchower Weg 2 · 13053 Berlin-Hohenschönhausen

### **Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln**

Haltestelle Gehrenseestraße: Tram 5, 17, 27

### **Ihre Ansprechpartnerin**

Angelika Hykel

*Paartherapeutin HPG,*

*Fortbildung in Tanztherapie,*

*Paar- und Familienberaterin*

### **Veranstalter**

Immanuel Beratung Rummelsburg

Nöldnerstraße 43 · 10317 Berlin

Tel. 030 522 06 49 · Fax 030 51 06 74 88

familienberatung.rummelsburg@immanuel.de

Sie können dieses Angebot mit einer Spende unterstützen.



# IMMANUEL ALBERTINEN DIAKONIE

## **Immanuel Beratung Rummelsburg**

Nöldner Straße 43 · 10317 Berlin

Tel. 030 522 06 49

Fax 030 51 06 74 88

familienberatung.rummelsburg@immanuel.de

## **beratung.immanuel.de**

Immanuel Beratung Rummelsburg ist eine Einrichtung der gemeinnützigen Beratung + Leben GmbH.

### **Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln**

Haltestelle Rummelsburg: S3; Bus 194, 240; Tram 21

Haltestelle Nöldnerplatz: S5, S7, S75; Bus 194, 240, 396

### **Anfahrt mit dem PKW**

Auf dem Gelände stehen in begrenztem Umfang Parkplätze zur Verfügung.

Die Beratungsstelle befindet sich auf dem Gelände der Erlöserkirche im Gebäude der Kindertagesstätte in der 1. Etage.

