

## Atmen – richtig – wichtig



mit Anne Kolmsee und Assistenz  
Gerald Kauer, Diplompsychologe und Schmerztherapeut

Wir alle tun es, ohne darüber nachzudenken. Wie viel mehr  
Atmen kann, möchte ich ihnen an diesem Abend vermitteln.  
Atmen richtig eingesetzt ist eine Wunderwaffe.

**Montag, 14.07.2025, 17.30 – 20.30 h**

Kita St. Severin, Mucher Str. 1, Ruppichteroth

Beitrag: 20,-€ /Person (Familie) - nur mit Anmeldung:

02295 5161 / [pastoralbuero.ruppichteroth@erzbistum-koeln.de](mailto:pastoralbuero.ruppichteroth@erzbistum-koeln.de)