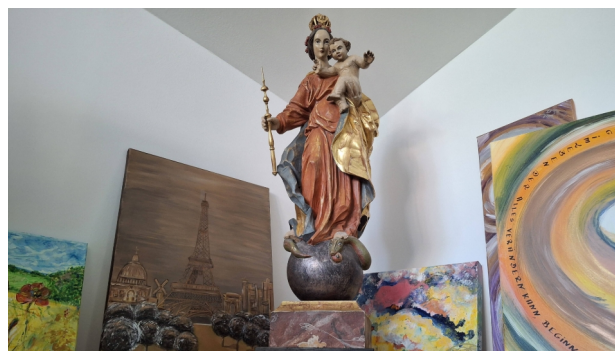


## gesundheitsKurse - wohltuend & ganzheitlich

in unserem „raum“ hinter der Bücherei beheimatet sich mittlerweile eine Vielfalt an Seminaren, die der Gesundheit dienen. Hier eine aktuelle Übersicht. Da wird doch was dabei sein, das Ihnen ab Herbst gut tun könnte.

- montags oder mittwochs, 18:00 - 19:00 Uhr:  
**Bewegungsworkshop**  
*Wiederkehrende Nackenverspannungen, Kopf-, Kiefer-, Rückenschmerzen, Knieprobleme, Ohrensausen? Beschwerden behandeln ohne dauerhaft auf Medikamente angewiesen sein? Lerne in einer kleinen Gruppe erste Schritte, um dich wieder leicht und frei bewegen zu können.*  
ab 16. bzw. 18. September | 6 Kurstunden | 80 €  
Kursleitung: Steffi Paul-Hillesheim  
Anmeldung: 0160 33 21 966 oder  
koerpertherapie-hillesheim@gmx.de
- mittwochs, 10:00 - 11:00 Uhr:  
**Yoga ab 70**  
*Mit den Jahren nimmt die Beweglichkeit ab. Da braucht es pfiffige Wege, erst recht für Gesundheit und Wohlbefinden aktiv zu sein. Yoga-Übungen, die vorwiegend im Sitzen ausgeführt werden können, sind da eine Lösung. Besonders wenn die Anleitungen auch daheim genutzt werden ;).*  
ab 18. September | 5 Kurstunden | 75 €  
Kursleitung: Petra Heinemann  
Anmeldung: petra.heinemann64@web.de  
sms | whatsapp | Signal | Threema:  
0160 56 29 140
- donnerstags, 9:00 - 10:30 Uhr  
**Kundalini Yoga am Vormittag**  
*Dieser ganzheitliche Yoga-Stil stärkt die körperliche und geistige Gesundheit durch Bewegung im Rhythmus der Atmung, durch Dehnung und verstärkte Durchblutung.*  
10er-Karte: 79,- €  
einmaliges Probetraining: 12 €  
Kursleitung: Sonja Viteritti  
myphysio@glattbach  
Infos: 0151 15 55 50 52



## Aus dem Büro

Genau an der Stelle, wo noch vor fünf Jahren eine Marienfigur stand, wurde im Roncalli die Mauer durchbrochen, um eine Verbindung zum ehemaligen „Pfarrhaus“ zu gewinnen. So findet sich jetzt das Pfarrbesser: Roncalli-Büro auf Eingangshöhe. Es wurde in ein Dachzimmer hinein geschrumpft. Dadurch entstand Platz für den „treff“: Ideal für kleine Gruppen & Kurse, für Gespräche & Rückzug. Noch weiter unten, wo früher der Pfarrer lebte, hat mittlerweile eine Familie ihre Wohnung. Alles Elemente des Roncalli-Zentrums!

In allem Wandel hält besagte Marienfigur Stellung in einer Ecke des Pfarrbüros. Aktuell ist sie von Bildern umgeben, die in Kürze bei uns öffentlich ausgestellt werden. Dann bringen schon drei Glattbacher Künstlerinnen ihre Farben ins Roncalli: Maria Parr im „treff“, Kerstin Schweitzer im Café und eben die neuen Exponate von Edelgard Bormann im Flur vor der Bücherei.



Bevor auch im Büro Urlaub einkehrt, laufen dort noch die Vorbereitungen für das neue Programm. Bald schon erscheint druckfrisch das Roncalli-Heft. In den Glattbacher Briefkästen, online auf unserer Homepage oder pünktlich zu Mariä Himmelfahrt in der Auslage.

Schöne Aussichten!

## roncalliAllerlei - die letzten Acts vor der Sommerpause

- Di, 13.08., 14:00 - 17:00 Uhr:  
**spieleNachmittag** - für Jung & Alt
- Mi, 14.08., 17:00 - 19:00 Uhr:  
**kräuterWanderung** - mit Barbara Gumbel  
Startpunkt: Feldweg am Kiga Storchennest
- Do, 15.08. nach dem Gottesdienst um 10:00 Uhr:  
**türÖffner** - Weck, Worschd & Woi  
zum Glattbacher Patrozinium „Maria Himmelfahrt“