

Chemnitz, 18.01.2018

## **Presseinformation der Stadtbibliothek Chemnitz**

### **Das stille Örtchen. In Dir. - geführte Meditationen Tina Schütze präsentiert ihr neues Hörbuch am 23. Januar im TIETZ**

"Das stille Örtchen" ist ein Hörbuch rund um das Thema Achtsamkeit, Meditation und Spiritualität im Alltag. Die Journalistin Tina Schütze wird am 23. Januar, 19 Uhr im TIETZ daraus vorlesen, von ihrer eigenen spirituellen Reise erzählen und einige Praxisübungen mitbringen.

Eintritt: 7 € / ermäßigt 5 €, Vorverkauf an der Museumskasse im TIETZ,  
Kartenreservierung unter Tel: 0371 488 4366

Das „stille Örtchen“ kann so viel mehr sein als nur Klo, Badewanne und Handtuchwärmer. 5 Minuten. Nur für dich! Tür zu. Stöpsel in die Ohren. Durchatmen und entspannen. Wozu? Weil es gut tut. Weil es gesund ist und hilft, wieder Raum zu schaffen, für Dich und Deine Wünsche, Gelassenheit zu finden, Ruhe und Frieden. Längst ist die Heilkraft von Meditation wissenschaftlich bewiesen, doch noch immer scheuen sich Menschen es auszuprobieren oder wissen nicht wann, wo und wie sie diese Entspannungstechniken in ihren Alltag integrieren können. Tina Schütze zeigt Möglichkeiten auf, inspiriert, animiert und möchte zu einem spielerisch fröhlichen Umgang einladen.

Tina Schütze ist 1978 in Karl-Marx-Stadt geboren. Ihre ersten Schritte ins Berufsleben führten sie zum Chemnitzer Lokalfernsehen, der Drehscheibe Chemnitz. Von da zum Journalistik-Studium nach Leipzig und dem mdr Fernsehen und schließlich weiter nach Berlin, wo sie heute mit ihren zwei Kindern lebt.

[www.tinaschuetze-berlin.de](http://www.tinaschuetze-berlin.de)

Auskunft erteilt:

Uwe Hastreiter, Öffentlichkeitsarbeit

Stadt Chemnitz, Kulturbetrieb

Stadtbibliothek Chemnitz

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz

Telefon: 0371 488-4202

E-Mail: [hastreiter@stadtbibliothek-chemnitz.de](mailto:hastreiter@stadtbibliothek-chemnitz.de)