

Anmeldung zum AusZeiten-Programm 2021

Option 1: "inne:halten - Haltestellen im Alltag"

Sie bekommen über einen Zeitraum von fünf Wochen drei Impulse pro Woche zugeschickt (wahlweise per Mail, WhatsApp oder Post). Diese können Sie dabei unterstützen, (noch) einmal einen anderen Blickwinkel auf Ihr Leben, Gott und die Welt zu bekommen.

Für dieses Format können Sie keinen Exerzientag beantragen.

Option 2: "abschalten - Oasentag to go"

Sie bekommen Material für einen Oasentag zugeschickt (wahlweise per Mail, WhatsApp oder Post), der aus drei Elementen besteht. Der Oasentag bietet eine hohe Flexibilität, weshalb er sich gut für einen Tag im Homeoffice anbietet, er kann aber auch an jedem anderen Tag durchgeführt werden. Mit den Elementen üben Sie sich in Achtsamkeit für sich selbst, lernen neu zu fokussieren und haben drei Mal die Möglichkeit, "einfach mal abzuschalten".

Für dieses Format können Sie einen Exerzientag beantragen.

Wir schließen für Sie eine Unfall-/Haftpflichtversicherung ab.

Option 3: "Ohnmächtig und liebevoll - Wanderexerzitionen zur Karwoche"

Mit den Füßen beten, etwas durch den Kopf „wandern“ lassen ins Herz, sich gezielt austauschen mit anderen, oder einfach schweigen. Auf jeden Fall sich anders vorbereiten auf die wichtigste Woche des Kirchenjahres, die Karwoche. Elemente: geistlicher Rahmen, Wanderung, Impulse, Austausch, Stille.

Montag, 29.03.2021, 9 bis 15 Uhr, rund um den Laacher See (8 km).

Keine Kosten, Rucksackverpflegung, anschließende Einkehr möglich

(Bei schlechtem Wetter findet der Oasentag in veränderter Form statt).