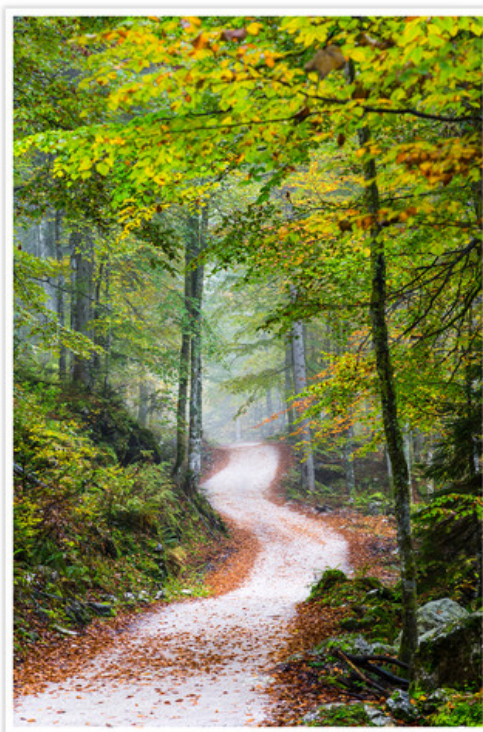


Exerziten und Auszeitangebote 2021

Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS



01.03.2021 - 12.03.2021

Einzelexerziten "nach Maß" in ökumenischer Weite

Innerhalb des o.g. Zeitraums können Sie wählen, wie viele Tage Sie in Anspruch nehmen wollen (mind. 3 volle, max. 10 Tage).

Tägliche Elemente: durchgängiges Schweigen, Leibübungen und eine gemeinsame Meditations-

zeit, persönliche Gebetszeiten, Begleitgespräch und Abendmahlsfeier/Gottesdienst.

Vor Anmeldung ist eine Absprache mit Pfr. Häusler nötig.

Begleitung: Pfr. Detlef Häusler, Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS

Ort: Benediktinerinnenabtei St. Erentraud
88276 Berg / Kellenried

www.abtei-kellenried.de

Kontakt: Pfr. Detlef Häusler 0711 45 804-63

Detlef.Haeusler@elkw.de

Anmeldung bitte bis 29.1.2021

22. – 26. März 2021

(R)Auszeit nach Maß

Es wär mal an der Zeit für eine Zeit auszusteigen? Raus aus den beruflichen oder persönlichen Spannungen, dem Zeitdruck und eingefahrenen Gewohnheiten.?

In Einzelgesprächen und praktischen Übungen erkennen und üben Sie Wege, Ihre Belastungsfaktoren zu reduzieren und Ihre Ressourcen besser zu nutzen. Körperorientierte und kreative Angebote fördern Ihre Widerstandskraft (Resilienz) und setzen Energien frei.

Der Bodensee hält eine weitere Ressource zur Erholung bereit. Die individuelle Begleitung eröffnet einen geschützten Raum zum Gespräch über ihren Lebens- und Glaubensweg. Sie bestimmen selbst, an welchem Tag Sie die „Rauszeit“ beginnen und beenden (mind. 3 volle Tage).

Das Programm wird individuell im Gespräch mit der Begleiterin zusammengestellt und enthält Elemente wie: Übungen zur Stärkung der

Resilienz, Entspannungstechniken (PMR, Meditation...), Kreatives Tun mit Naturmaterialien, Teilnahme an den Gebetszeiten der Gemeinschaft, Spaziergänge am Bodensee, tägliches Gespräch mit der Begleiterin
Vor Anmeldung ist eine Absprache mit Sr. Dorothee nötig.

Begleitung: Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS

Ort: Gästehaus St. Theresia
 Moos 2
 88097 Eriskirch
www.gaestehaus-sankt-theresia.de

Kontakt: Sr. Dorothee 07541 3579697
Sr.Dorothee@gaestehaus-sankt-theresia.de

Anmeldung bitte bis 17.2 2021

19. – 23. Juli 20221

"Du gibst meinen Schritten weiten Raum"

Exerzitien im Gehen

Die Exerzientage laden ein, durch Gehen und Stille zu sich und zu Gott neu zu finden. Morgenmeditation, kürzere gemeinsame Wege, persönliche Gebetszeiten, Möglichkeit zum Begleitgespräch, Gottesdienst am Abend, durchgängiges Schweigen

Begleitung: P. Norbert Lammers, Ofm
 Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS

Ort/Kontakt: Exerzitenhaus Hofheim
 Jutta Merz
 Kreuzweg 23
 65719 Hofheim am Taunus
 Telefon 0 61 92/ 99 04-36
info@exerzitenhaus-hofheim.de

5. – 11. September 2021

Ignatianische Einzelexerzitionen

Wer den Wunsch hat, seine Beziehung zu Gott zu vertiefen, ist eingeladen zu Ignatianischen Einzelexerzitionen.

Aus den Exerzitionen kann mehr Klarheit für das eigene Leben erwachsen, die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen, zu lieben und entschlossen zu handeln.

Grundelemente sind: durchgehendes Schweigen, das tägliche Begleitgespräch, Übungen zur Leibwahrnehmung und die Feier der Eucharistie.

Begleitung: Albert Holzknacht SJ,
Willi Lambert SJ,
Elisabeth Schwerdt, CJ
Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS

Ort/Kontakt: Haus Hohen Eichen
Dresdner Straße 73
01326 Dresden
Tel.: 0351 26164-10
Fax: 0351 26164-11
info@haus-hoheneichen.de
www.haus-hoheneichen.de

Anmeldung bitte bis 5.8.2021

1.– 10. Oktober 2021

Aus der Tiefe leben

Einzelexerzitionen im Schweigen

Üben, feinfühlicher zu werden für die Gegenwart Gottes im eigenen Leben, Erfahrungen mit Gott im eigenen Leben sammeln, und die Bereitschaft stärken, mich verwandeln lassen – das sind die „Bausteine“ der Exerzientage.

Dazu sollen die Gestaltungselemente helfen:
Impulse zur Bibel- und Lebensbetrachtung,

persönliche Gebets- und Reflexionszeiten,
tägliches Begleitgespräch, Körperwahrnehmung
am Morgen, Gottesdienst am Abend,
durchgängiges Schweigen

Begleitung: Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS

Ort/Kontakt: Centrum St. Michaël
Sint Michaelstraat 7
5935 BL Steyl / Tegelen
Nederland

csm@steyl.eu

www.steyl.eu

Anmeldung bitte bis 1.9.2021

17. – 23. Oktober 2021

„Zur Freiheit berufen“ (Gal 5,13)

Einzelexerzitien mit Bibliodrama-Elementen

Die Bibliodrama-Elemente in diesen Exerzitien
wollen helfen, in das biblische Geschehen
einzusteigen, die eigene Rolle, den eigenen Ort zu
finden und sich vom Ereignis betreffen zu lassen.

Weitere Elemente: durchgängiges Schweigen
(Ausnahme im Bibliodrama), morgendliche
Körperentspannung, gemeinsame und persönliche
Gebetszeiten, tägliches Begleitgespräch und
Mitfeiern der Liturgie.

Begleitung: Sr. Dorothea Maria Oehler,
Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS

Ort/Kontakt Kloster Hegne
Sr. Dorothea Maria Oehler
Konradistr. 2a
78476 Allensbach-Hegne
Tel.: 07533-807-728
[sr.dorothea.maria@theodosius-
akademie.de](mailto:sr.dorothea.maria@theodosius-akademie.de)
www.kloster-hegne.de

15. – 21. November 2021

Zur Freiheit berufen

Einzelexerzitien

Impulse zur Bibel- und Lebensbetrachtung,
persönliche Gebets- und Reflexionszeiten,
tägliches Begleitgespräch, Körperwahrnehmung
am Morgen, Gottesdienst am Abend,
durchgängiges Schweigen.

Begleitung: P. Norbert Lammers, Ofm
Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS

Ort/Kontakt: Exerzitienhaus Hofheim
Jutta Merz
Kreuzweg 23
65719 Hofheim am Taunus
Telefon 0 61 92/ 99 04-36
info@exerzitienhaus-hofheim.de

Anmeldung bitte bis 15.10.2021