

Evangelisches Dekanat Ingelheim-Oppenheim

<https://evangelisches-dekanat-ingelheim-oppenheim.de>

„Innehalten – in all den Aufgaben die eigene Mitte finden“

Eine Wochenkurs mit Ruhe und Bewegung

Mo. 30.9. bis Fr. 4.10.2019

Unser Alltag ist oft prall voll! Zu den normalen Aufgaben gesellen sich zusätzliche Pflichten. Überraschendes wirft meine Planungen über den Haufen. Wie finde ich in all dem meine Mitte und behalte die Balance?

Das Evangelische Dekanat Ingelheim-Oppenheim bietet in der ersten Herbstferienwoche dieses Seminar zur Orientierung für Erwachsene im Kloster Himmerod in der Eifel an. Das Kloster ist wunderbar eingebettet von Wald, Wiesen und Wasser. Ein fast himmlischer Ort, an dem den Teilnehmenden sich vielfältige Erfahrungsmöglichkeiten eröffnen, sich selbst auf die Spur zu kommen. Gruppenangebote wechseln mit Zeiten für sich selbst: Meditation und Körperarbeit, Gesprächsrunden und Gebetszeiten. Bewegung draußen und die Ruhe genießen, Waldbaden und Walken. Zeit für Begegnung und stille Stunden. Eine Woche zum Durchatmen und neu Ausrichten.

Zielgruppe: Menschen, die sich engagieren

Leitung: Pit Saaler: Ev. Pfarrer, TZI-Diplom & -Graduand

Petra Saaler: Yogalehrerin, Geistliche Begleiterin

Eigene Anreise / Unterbringung im Konventgebäude
des Klosters (Zimmer mit Etageduschen)

Seminargebühren, Unterkunft und Verpflegung: 320€

Info und Anmeldung über Pit Saaler: hps@ev-jugend.de



www.abteihimmerod.de