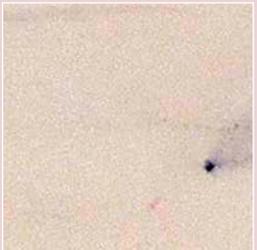


gemeinsam lebendig Spiritualität erfahren

Edith-Stein-Exerzitenhaus

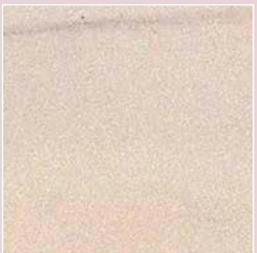
Angebote für Frauen von Frauen | 2022



Liebe Frauen!

Mit unseren Angeboten der „Frauenspiritualität 2022“ (einem Auszug aus unserem Edith Stein-Exerzitiengprogramm) laden wir Sie ein, Ihren Glauben neu und vertieft zu entdecken. Wir möchten Sie begleiten und ermutigen, ihn mit anderen Menschen zu teilen, zu leben und die Gegenwart Gottes zu erfahren. Diesem Wirken wollen wir in unseren Veranstaltungen Raum geben.

Ihre Dr. Hedwig Lamberty, Referentin



„Im Gehen erschließt sich mein Weg“

Wandertag mit spirituellen Impulsen

Die Naturregion Sieg lädt ein, sich auf die Spur von Natur und Leben zu begeben. Wasser, Wein, Wald - diese (auch biblischen) Symbole begleiten uns auf dem Weg. Dabei geht es gemäßigt bergauf zu traumhaften Ausblicken und ebenso wieder bergab durch die wunderbare Kulturlandschaft an der Sieg.

ca. 10 km, Gehzeit 3,5 Std.

Daniela Otto

Treffpunkt: Bahnhof Hennef
10 EUR

frauenpastoral@erzbistum-koeln.de

07.05.2022 |
Sa 10 bis 16 Uhr



„Gott, mit meinem Tanz will ich dich loben“

Meditatives Tanzwochenende

Der meditative Tanz hilft, wach und präsent Körper und Gestimmtheit wahrzunehmen und das Herz zu öffnen. Spirituelle Impulse vertiefen das Erlebte, damit ich in Berührung komme mit meinem menschenfreundlichen Gott.

Meditatives Tanzen · Stilleübungen · Morgen- und Abendlob · spirituelle Impulse

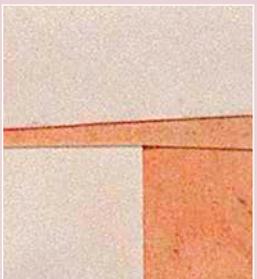
Dorothea Esser-Glagow

Haus Marienhof, Königswinter

135 EUR

frauenpastoral@erzbistum-koeln.de

20.05.2022 | 22.05.2022 |
Fr 18 bis So 14 Uhr



„Immer ist alles dem Wandel und Wechsel verschrieben“

(Silja Walter)

Malwochenende

Das Hell und Dunkel, das Leichte und Schwere, das Auf und Ab des täglichen Lebens zu tragen und spirituell zu gestalten, ist Thema dieses Kurses. Wir erkunden malend dieses Spiel der Polaritäten und lassen uns über biblische Texte auf neue Räume der Gotteserfahrung ein.

Bibelarbeit · spontanes Malen · Collagetechnik · Wahrnehmungsübungen · Austausch

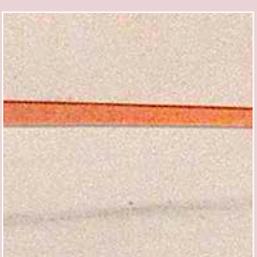
Petra Brenig-Klein, Elvira Schmitz

Haus Marienhof, Königswinter

135 EUR

frauenpastoral@erzbistum-koeln.de

10.06.2022 | 12.06.2022 |
Fr 18 bis So 14 Uhr



„Mein Leben - begleitet vom Licht Gottes“ *(nach Ps 56)*

Meditatives Malwochenende

Mein Leben in den Blick nehmen - was führt weiter, was hindert - sich selbst entdecken.

Begegnungen, die bereichern - sich von Gottes Licht und Liebe wahrgenommen wissen - das sind Aspekte an diesem Wochenende.

Spirituelle Impulse · Malen · Achtsamkeitsübungen · Austausch
Malen nur mit Aquarellfarben und Tusche

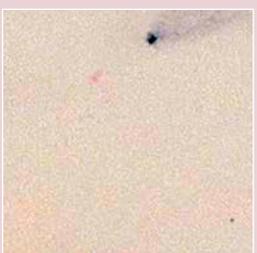
Irene Gantke

Haus Marienhof, Königswinter

135 EUR

frauenpastoral@erzbistum-koeln.de

08.07.2022 | 10.07.2022 |
Fr 18 bis So 14 Uhr



„Läufst du zu rasch, erreichst du das Ziel nicht“ *(Sir 11,10)*

Auszeit mit Bewegung

„Ich brauche eine Auszeit“ - wir oft hören wir das von anderen Frauen oder sagen es uns auch selbst.

Sich Zeit nehmen für sich selbst, Entspannung finden, Achtsamkeit entdecken - und immer wieder in Bewegung kommen - dazu lädt dieses Wochenende ein.

Bewegung in vielfältiger Weise, drinnen und draußen · Gymnastik · Tanz · Entspannungsübungen

Daniela Otto, Eva Jerosch

Kloster Steinfeld, Kall

180 EUR

frauenpastoral@erzbistum-koeln.de

19.08.2022 | 21.08.2022 |
Fr 18 bis So 15 Uhr

Anmeldung

Ich melde mich hiermit zu folgenden Veranstaltungen verbindlich an.

Thema	Datum

Ich möchte den Newsletter per E-Mail erhalten, bitte an diese Emailadresse versenden:

Datum und Unterschrift

Email

gemeinsam lebendig ...

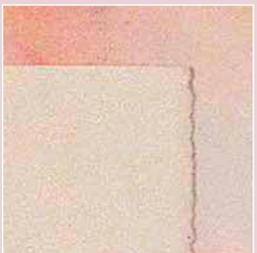
Angebote für Frauen von Frauen | 2022



„Umwerfend! ‚Siehe, ich will Neues schaffen...‘“ (Jes 43,19)
Besinnungswochenende

Umwerfend ... sind die Schönheiten des Lebens sowie auch die Umstürze und Umbrüche - alles, was aus der Bahn wirft, aus dem Gleichgewicht bringt. Sich umwerfen lassen - persönlich - beruflich oder durch eine sich ändernde Welt. Perspektivwechsel, aufstehen, weitergehen, neue Balance im Leben gewinnen. Veränderung zulassen und „Umwerfendes“ umarmen!
Biblische Impulse · Einzelarbeit · Austausch · Kreatives

Frauke Fischer
Katholisch-Soziales Institut,
Siegburg
165 EUR
frauenpastoral@erzbistum-koeln.de
30.09.2022 | 02.10.2022 |
Fr 18 bis So 14 Uhr



„... nur Stille und Vertrauen verleihen euch Kraft“ (Jes 30,15)
Besinnungswochenende

Eutonische Übungen und Meditationen tragen dazu bei, sich ganzheitlich zu erfahren.
Durch die angebotenen, wiederkehrenden Zeiten der Stille wächst das Vertrauen in die Verbundenheit mit unserem Schöpfer. Wir erfahren eine Annahme und Stärkung unseres Lebens und können es aus der Mitte heraus kraftvoll gestalten.
Eutonische Übungen · Stille · Austausch

Maria-Therese Stein
Katholisch-Soziales Institut, Siegburg
165 EUR
frauenpastoral@erzbistum-koeln.de
18.11.2022 | 20.11.2022 |
Fr 18 bis So 14 Uhr

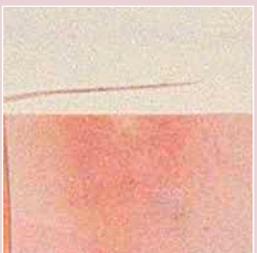
Angebote für Singles - Frauen und Männer



„... gepflanzt wie ein Baum am Wasser – sich ausstreckend“
(nach Jer 17,8)
Malwochenende

Im bildnerischen Schaffen mit dem Symbol des Baumes öffnen sich Verbindungen zu unseren spirituellen Räumen. Sie lassen sich verknüpfen mit all den Lebensbewegungen, mit denen wir augenblicklich unterwegs sind.
Bibelarbeit · spontanes Malen · Collagetechnik ·
Wahrnehmungsübungen · Austausch

Petra Brenig-Klein, Elvira Schmitz
Haus Marienhof, Königswinter
135 EUR
frauenpastoral@erzbistum-koeln.de
01.04.2022 | 03.04.2022 |
Fr 18 bis So 15 Uhr



„Fahr Rad! - Singles unterwegs“
Samstagstour

Die Radwegkirche Egen ist an diesem Tag eines der Ziele auf dem Kirchdorf-Radweg bei Wipperfürth. Für die moderaten 27 km (Rundtour) ist zwar einige Kondition erforderlich, aber die schöne Landschaft motiviert: Wiesen, Weiden, oberbergische Höhenzüge mit herrlichen Aussichtspunkten. Besonders reizvoll ist die Fahrt entlang der Bevertalsperre. | 27 km Rundtour mit Impulsen und Pausenzeiten unterwegs. Für geübte Radfahrer/innen aller Altersklassen

Daniela Otto
Treffpunkt: Parkplatz Ohler Wiesen,
Wipperfürth
10 EUR
frauenpastoral@erzbistum-koeln.de
11.06.2022 |
Sa 11 bis 16 Uhr



„Heute übernehme ich die Regie“
Entdecken der eigenen Bedürfnisse

Wenn ich könnte, wie ich wollte, würde ich ... eine bedeutendere Rolle in meinem Leben einnehmen; selbst die Regie in die Hand nehmen; mir aussuchen, wer eine wichtige Rolle übernimmt und welche Musik dazu spielt. In der Auseinandersetzung mit diesen Fragen spüren wir nach, was sich im Leben realisieren lässt.
Texte und Musik von Hildegard von Bingen · Elemente des Berufungscoachings · Austausch

Sylvia Dörnemann
Haus Marienhof, Königswinter
135 EUR
frauenpastoral@erzbistum-koeln.de
09.09.2022 | 11.09.2022 |
Fr 18 bis So 14 Uhr

Informationen zu den Kursen erhalten Sie bei Dr. Hedwig Lamberty,
Tel.: 0221 - 16 42 16 49 oder e-mail: frauenpastoral@erzbistum-koeln.de

Unser **Gesamtprogramm** mit vielen weiteren Angeboten erhalten Sie unter
est-ex@erzbistum-koeln.de oder Tel.: 0221 16 42 16 54

Zudem versenden wir regelmäßig einen **Newsletter**, den Sie abonnieren können bei:
spiritualitaetaktuell@erzbistum-koeln.de

Für **Geistliche Begleitung** oder **Trauerbegleitung** - Kontakt: Dr. Hedwig Lamberty

Anmeldung zu den Kursen nur schriftlich auf anhängender Karte oder per e-mail an:
frauenpastoral@erzbistum-koeln.de

Die **Zahlung** erfolgt ausschließlich über Lastschriftinzug (Voraussetzung für die Teilnahme). Eine verbindliche Zu- oder Absage erhalten Sie ca. 6 Wochen vor Kursbeginn. Die Gebühr wird nach dem Kurs eingezogen.

Weitere Angebote finden Sie im Programm des Edith-Stein-Exerzitienhauses.
Tel.: 0221 - 16 42 16 54 oder info@edith-stein-exerzitienhaus.de

Bei finanzieller Notlage kann ein Antrag auf Zuschuss gestellt werden.
Kontakt: Dr. Hedwig Lamberty

Impressum
Erzbistum Köln | Generalvikariat
Hauptabteilung Seelsorge
Abteilung Erwachsene Seelsorge
Referat Geistliches Leben
Marzellenstraße 32, 50668 Köln
V.i.S.d.P.: Dr. Philipp Wittmann
Redaktion: Dr. Hedwig Lamberty
Layout: sensum.de | Wiesbaden

Bitte diesen Abschnitt ausfüllen, abtrennen und in einem verschlossenen Umschlag an die angegebene Adresse senden!

Ich ermächtige das Erzbistum Köln Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Erzbistum Köln/Bildungswerk der Erzdiözese Köln, auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen beginnend mit dem Belastungsdatum die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die Beträge und Fälligkeiten der Lastschriften ergeben sich aus dem hiermit geschlossenen Vertragsverhältnis. Die Mandatsreferenz wird durch den Gläubiger vergeben und ist bei der ersten Lastschrift im Kontoauszug ersichtlich.

Nachname, Vorname

IBAN

Str., Nr.

PLZ, Ort

Telefon/E-Mail

Datum, Unterschrift

Erzbistum Köln | Generalvikariat
Frauenspiritualität
Marzellenstraße 32
50668 Köln