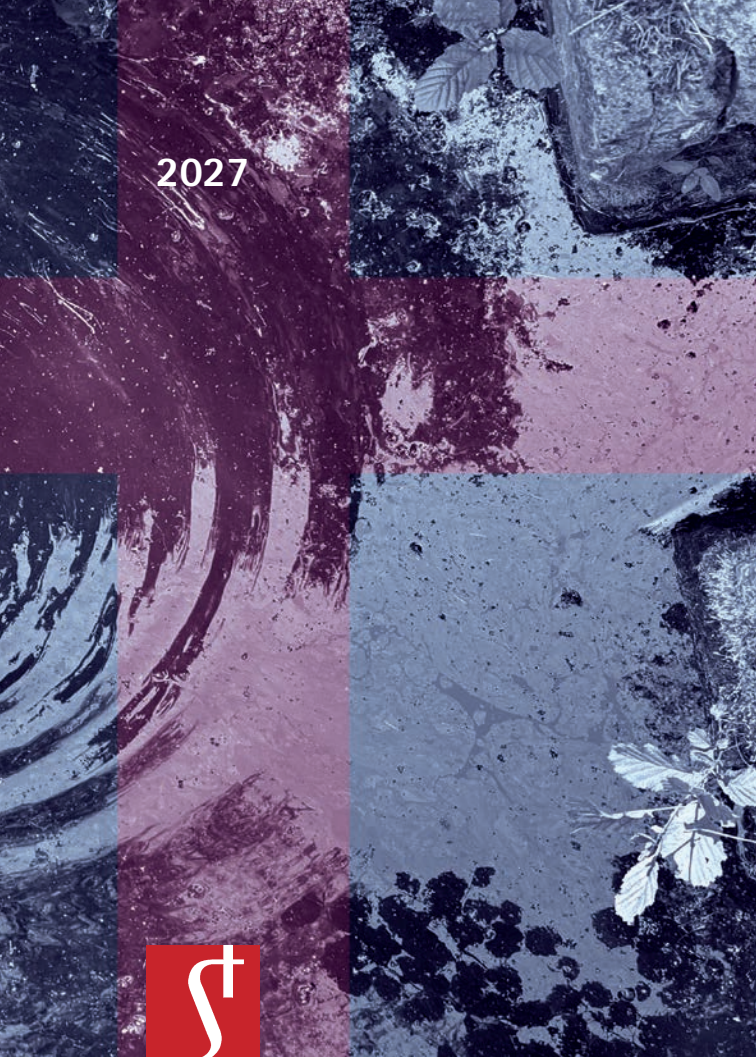




2027



st. thomas exerzitienhaus des bistums trier

Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, Ihnen das Jahresprogramm des Exerzitienhauses für 2027 überreichen zu können.

In Zeiten der Verunsicherung kann es hilfreich sein, sich der Grundlagen des eigenen Lebens zu vergewissern: Was gibt mir Grund zur Hoffnung? Wer oder was kann meine Zuversicht stärken? Welche Lebens- und Glaubenserfahrungen geben Halt und Orientierung? Dazu bietet das Exerzitienhaus vielfältige Möglichkeiten.

Auch außerhalb dieses Programms können Sie sich nach St. Thomas zurückziehen, die Stille des Hauses und der Umgebung genießen und auf sich wirken lassen, das Angebot von Gottesdiensten und Gesprächsmöglichkeit nutzen.

Es ist uns ein Anliegen, unsere Angebote für möglichst viele Menschen zugänglich zu halten. Sprechen Sie mit uns, wenn ein Angebot Sie interessiert, der Preis Ihnen aber zu hoch ist. Außerdem besteht für ehrenamtlich im Bistum Trier tätige Frauen und Männer die Möglichkeit, Unterstützung durch die Ehrenamtsförderung des Bistums zu erhalten:

[www.bistum-trier.de/ehrenamt/
unterstuetzung/uebersicht/](http://www.bistum-trier.de/ehrenamt/unterstuetzung/uebersicht/).

Seien Sie herzlich willkommen.



P. Christoph Mingers OFM, Direktor
und Bernhard Marbach, Hausleiter

Inhalt	
Exerzitien	4
Geistliche Zeiten	18
Angebote zur Resilienz	24
Bibeltage	27
Rhythmus-Atem-Bewegung	30
Mehr	33
Allgemeine Geschäftsbedingungen	38
Anmeldung	41



exerzitionen

15. - 20. Februar

Ignatianische Kurzexerzitien – Wer ist Jesus? Antworten aus dem Markus-Evangelium

Das älteste Evangelium setzt sich mit der Frage auseinander, wer Jesus ist. Die Antworten, die es gibt, sind geprägt von den damals aktuellen Zeitumständen. So kann das Evangelium zu einem Beispiel dafür werden, wie Jesu Leben und Botschaft gedeutet und verstanden werden kann. Ausgewählte Erzählungen des Markus-Evangeliums bieten Impulse, die je persönliche Beziehung zu Jesus zu vertiefen bzw. seine Bedeutung für mein Leben neu zu entdecken.

Elemente dieser Exerzitentage sind: durchgehendes Schweigen, geistlicher Impuls, Gebetszeiten, Leibwahrnehmungsübungen und tägliches Begleitgespräch.

Begleitung: Katrin Gergen-Woll, Dillingen/Saar;
P. Christoph Mingers OFM, St. Thomas

Teilnehmerzahl: 8 - 12

Beginn: Montag, 18 Uhr, **Ende:** Samstag, 9 Uhr

Kursgebühr: 146 € **Unterkunft und Verpflegung:** 397 €

Kursnummer: 2027EX01

8. - 12. März

Kurzexerzitien mit Bible-Art-Journaling – Gottes Wort kreativ entdecken

Durch Kritzeln, Klecksen, Kleben und Übermalen ... mit Farbe, Pinsel, Stempel, Washi-Tape und Kalligraphie-Stift arbeiten wir aus den Bibeltexten die Frohe Botschaft heraus, wie wir sie lesen und verstehen. Impulsfragen und Stille helfen uns, intensiv einer ausgewählten Schriftstelle zu begegnen. Deren aktuelle Zusage für uns und/oder unsere inneren Resonanzen auf den Text halten wir gestalterisch auf einem Textblatt fest. Freude am kreativen Tun, Lust am Experimentieren mit Farbe und Verweilen beim Bibeltext verbinden sich im „Bible Art Journaling“ (persönliches Kreativ-Bibel-Tagebuch).

„Bible Art Journaling“ ist eine spielerische Weise, sich mit Gottes Wort auseinanderzusetzen. Wer Freude an Kreativität hat, kann damit beginnen. Mit Farben und Formen, Bildern und Mustern wird gestaltet und festgehalten, was einen berührt, erfreut, überrascht in der Meditation. Eingeladen sind alle, die Neues ausprobieren und sich Bibeltexte persönlich-existenziell aneignen möchten – in Ignatianischer Schriftbetrachtung und Gebet sowie im Kreativ-Sein.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Das Kreativ-Material wird bereitgestellt! Wer mag bringt seine Lieblingsstifte mit – ist aber kein Muss.

Im Kurs wird vom Anreiseabend bis zum Frühstück am Abreisetag durchgehend geschwiegen. Es gibt persönliche und gemeinsame Gebetszeiten, Leibwahrnehmungsübungen, ein persönliches Begleitgespräch und die Möglichkeit, an Gottesdiensten teilzunehmen.

Begleitung: Katrin Gergen-Woll, Dillingen/Saar

Teilnehmerzahl: 8 - 12

Beginn: Montag, 18 Uhr, **Ende:** Freitag, 9 Uhr

Kursgebühr: 138 € **Unterkunft und Verpflegung:** 313 €

Kursnummer: 2027EX02

19. - 23. März

Kurzexerzitien um den Palmsonntag

Die Exerzientage sollen eine Einstimmung zur Feier der Kar- und Ostertage sein. Auf verschiedene Weise wollen wir uns dem Geheimnis von Leiden, Tod und Auferstehung Jesu nähern. Dazu dienen durchgehendes Schweigen, das Angebot von Leibwahrnehmungsübungen, ein geistlicher Impuls am Morgen, persönliche Zeiten des Gebetes und der Meditation, die Möglichkeit zum Einzelgespräch und „Hörrunden“ sowie die tägliche Feier der Eucharistie. Auch die umgebende Natur kann eine große Hilfe sein, zur inneren Ruhe und Sammlung zu kommen.

Begleitung und Information: Pfr. Frank Reyans, Aachen,
Tel.: (0 21 61) 576 498 -84; Sr. Martina Kohler SSsP, Eschweiler

Teilnehmerzahl: 9 - 16

Beginn: Freitag, 18 Uhr, **Ende:** Dienstag, 12 Uhr (mit Imbiss)

Kursgebühr: 100 € **Unterkunft und Verpflegung:** 333 €

Kursnummer: 2027EX03

Kooperation mit der Fachstelle für Exerzitienarbeit im Bistum
Aachen: www.spirituelle-zeiten.de

5. - 9. April

Exerzitien mit Bibliolog

Übend mit Gott weiter in Kontakt zu kommen oder ihn wieder ganz neu suchen und finden? Dazu kann die Methode des Bibliologs eine gute Möglichkeit sein.

Was ist ein Bibliolog? Ein biblischer Text wird lebendig, weil wir in der Gruppe nicht nur die Buchstaben, den Text (schwarzes Feuer) lesen, sondern auch durch das Einnehmen von Rollen entdecken, was da nicht steht (weißes Feuer), also zwischen den Zeilen lesen und dies fast schon spielerisch aussprechen. Der Text öffnet sich so auf andere Weise. Mit den so gewonnenen Impulsen kann jede/r für sich schauen, wo klingt etwas an in mir, möchte angeschaut, in Stille betrachtet, gehört oder gesehen werden.

Eine ausführliche Beschreibung zur Methode des Bibliologs finden Sie auf der Webseite von www.Bibliolognetzwerk.org

Der Kurs besteht aus folgenden Elementen: abgesprochene Zeiten des Schweigens, Körperarbeit, geistliche Impulse am Morgen und Abend, Bibliolog, Austausch und Resonanzrunde, Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Begleitung: Martina Leinen, Saarlouis

Teilnehmerzahl: 8 - 12

Beginn: Montag, 18 Uhr, **Ende:** Freitag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 191 € **Unterkunft und Verpflegung:** 333 €

Kursnummer: 2027EX04

12. - 16. April

Wo dein Herz zur Ruhe kommt, kann Neues wachsen. „Denn wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz.“ (Mt 6,21)

In den Foto-Exerzitien verbinden sich Resilienz, Fotografie und Spiritualität zu einem Weg, der nach innen führt. Mit der Kamera oder Smartphone tauchen Sie bewusst in Ihre Umgebung ein, entdecken Details, spüren nach und entdecken Motive, die aus Ihrem Herzen kommen – stets dem leisen Funken Gottes nachspüren.

Jeder Tag beginnt mit einem inspirierenden Impuls. Er öffnet den Blick und lädt dazu ein, sich im Laufe des Tages intuitiv für ein Motiv zu entscheiden. Ihr Bild wird zum Spiegel Ihres inneren Weges.

In Einzel- und Gruppengesprächen betrachten wir die entstandenen Tagesbilder, entdecken ihre Botschaften und reflektieren, was sie für Ihren persönlichen Alltag bedeuten.

Vorkenntnisse sind nicht nötig – nur Offenheit, Neugier und die Lust, sich selbst und Gott auf neue Weise zu begegnen.

Elemente: inhaltliche Impulse, die als Anregung zum Fotografieren dienen, Elemente aus der Biografiearbeit, persönliche Zeiten der Stille, Einzelgespräch, Gruppenaustausch, Teilnahme am Gottesdienst.

Begleitung: Angelika Kamlage, Leonberg

Teilnehmerzahl: max. 9

Beginn: Montag, 13.30 Uhr, **Ende:** Freitag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 459 € **Unterkunft und Verpflegung:** 343 €

Kursnummer: 2027EX05

5. - 9. Mai

Kontemplative Exerzitien

Elemente: durchgehendes Schweigen; 6 - 8 x 25 min Meditation in der Gruppe; Hinführung zum Herzensgebet; tägliches Begleitgespräch; Erfahrungsaustausch in der Gruppe; Zeit für Spaziergänge und Wahrnehmung in der Natur; Möglichkeit zur Teilnahme an der Eucharistiefeier im Haus.

Teilnahmezusage erst nach einem Vorgespräch mit Frau Klose:
Annette.Klose@t-online.de

Begleitung: Klose GCL, Mainz

Teilnehmerzahl: 5 - 7

Beginn: Mittwoch, 18 Uhr, Ende: Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 86 € Unterkunft und Verpflegung: 333 €

Kursnummer: 2027EX06

10. - 15. Mai

Impuls-Exerzitien

Heilungs-Erzählungen aus der Bibel

In der Bibel finden sich viele Heilungsgeschichten. Dabei werden nicht nur einzelne Aspekte des Lebens, sondern der ganze Mensch in den Blick genommen. Texte aus dem Alten und Neuen Testament werden uns durch diese Exerzitien begleiten und im Mittelpunkt der täglichen Impulse am Vor- und Nachmittag sein. So kann sich ein Raum öffnen für die Frage Jesu: „Was willst du, dass ich dir tue?“ und diese mit meinem eigenen Leben verknüpfen. Neben den beiden Impulsen beginnen wir gemeinsam mit einem Morgengebet; mittags ist die Möglichkeit der eucharistischen Anbetung und abends feiern wir die Eucharistie. Durchgängiges Schweigen und die Möglichkeit eines Einzelgespräches sind weitere Elemente dieser Tage.

Begleitung: Markus Arndt, Andernach

Teilnehmerzahl: 8 - 11

Beginn: Montag, 18 Uhr, Ende: Samstag, 9 Uhr

Kursgebühr: 60 € Unterkunft und Verpflegung: 397 €

Kursnummer: 2027EX07

26. - 30. Mai

Wander-Kurzexerziten „Von Wegen ins Leben“

Für Christen sind Lebenswege auch Glaubenswege, ist ihre persönliche Biografie mit Gottes Heilsgeschichte verwoben. Die Bibel erzählt diese Heilsgeschichte und sie ist wie eine gute Landkarte, auf der man Orientierung fürs Leben findet.

Im Gehen schweigen wir, kommen ins Staunen und nehmen die Schöpfung/Natur als Gottes 1. Offenbarung wahr. Im Gehen sprechen wir zu dem Gott, der Ursprung und Ziel unseres Lebens ist, und sind doch erdverbunden. Dazu helfen uns die Geistlichen Übungen des Ignatius von Loyola, der sich selbst als Pilger und Gottsucher beschreibt.

Konkrete Anleitungen zu verschiedenen Gebetsformen und Schriftbetrachtung, durchgehendes Schweigen, Kurzreferate, Wanderungen (ca. 4,5 Stunden, ca. 15 km) mit geistlichen Impulsen und Wahrnehmungsübungen, Begleitgespräch und die Möglichkeit zur Eucharistiefeier prägen diese Exerzitientage. Bitte bringen Sie Schreibzeug, bequeme Kleidung und Socken für den Meditationsraum sowie Wanderschuhe, Sonnen- und Regenschutz, einen Rucksack für Butterbrotdose und Trink- oder Thermosflasche mit.

Begleitung: Katrin Gergen-Woll, Dillingen/Saar

Teilnehmerzahl: 8 - 12

Beginn: Mittwoch, 18 Uhr, **Ende:** Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 147 € **Unterkunft und Verpflegung:** 333 €

Kursnummer: 2027EX08

28. - 30. Mai

Kurzexerziten: In der Gestaltung mit Farben die Seele sprechen lassen

In diesen Tagen haben Sie die Möglichkeit, kreativ mit Gott und sich selbst in Kontakt zu kommen oder diesen zu vertiefen. Manchmal fehlen uns die Worte, um innere Räume zu begehen. Da können verschiedene Methoden mit Farben wie ein Öffner sein, und wir können das Leben und unsere Gottesbeziehung wieder begreifen, können sehen, was da ist und wie es fließt und sich entwickelt.

Folgende Elemente bieten wir an: Im Körper ankommen
→ geistliche Impulse → gemeinsam in die Stille gehen
→ schöpferische Prozesse mit Farben → der Seele Raum geben
→ Austausch- und Resonanzrunde → gegebenenfalls Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Begleitung: Mechthild Meiers, Saarlouis;
Martina Leinen, Saarlouis

Mindestteilnehmerzahl: 12

Beginn: Freitag, 16 Uhr, **Ende:** Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 242 € **Unterkunft und Verpflegung:** 168 €

Kursnummer: 2027EX09

6. - 13. Juni

Kontemplative Exerzitien

Die kontemplativen Exerzitien sind Einführung in den schweigenden Dialog mit Gott. Im gemeinsamen Schweigen werden wir die tragende Kraft der meditierenden Gemeinschaft erfahren.

Zugleich schenkt dieser Weg tiefe seelische Erneuerung, während bisher Unverarbeitetes aufsteigen darf und so erlöst werden kann.

Aus der Stille wächst die Kraft, neu aufzubrechen zum Licht, achtsam dem Raum zu geben, was mein Herz aufatmen und aufblühen lässt. So kann ich wieder aus der Mitte heraus den Alltag gestalten und selber Licht für andere sein. Ich bin auf dem Weg zu der Lebendigkeit und Freude, die Gott in mir angelegt hat, oder wie Irenäus von Lyon es ausdrückt: „Die Freude Gottes ist der lebendige Mensch“.

Elemente der Exerzitien sind: Wahrnehmungsübungen, Meditationseinheiten von jeweils 25 Minuten, Einzelbegleitung, Eucharistiefeier mit Impuls, Körperübungen, Spaziergänge, durchgehendes Schweigen.

Begleitung: P. Markus Thomm ISch, Vallendar

Teilnehmerzahl: 12

Beginn: Sonntag, 18 Uhr, **Ende:** Sonntag, 9 Uhr

Kursgebühr: 290 € **Unterkunft und Verpflegung:** 565 €

Kursnummer: 2027EX10

7. - 13. Juni

Exerzitien für Ordensfrauen **Das ganze Leben vor Gott bringen**

Die Psalmen beschreiben einen Weg, das eigene Leben mit Höhen und Tiefen, mit Not und Zuversicht vor Gott zu bringen. Anhand ausgewählter Psalmen begeben wir uns auf die Spuren biblischen Betens. Tägliche gemeinsame Gebetszeiten (hl. Messe bzw. Laudes oder Vesper), täglich zwei Impulse, Gelegenheit zu Einzelgesprächen, durchgängiges Schweigen.

Begleitung: P. Christoph Mingers OFM, St. Thomas

Zahl der Teilnehmerinnen: 8 - 15

Beginn: Montag, 18 Uhr, **Ende:** Sonntag, 9 Uhr

Kursgebühr: 60 € **Unterkunft und Verpflegung:** 481 €

Kursnummer: 2027EX11

28. Juni - 2. Juli

Kurzexerzitien: Eine Zeit im Schweigen – auch für Einsteiger in die Exerzitien geeignet

Manchmal ist es gut, sich ins Schweigen einzuüben. In diesem bewussten Tun entdecke ich, was alles in mir zum Schwingen kommen kann, wenn eine äußere Ruhe die Tage erfüllt. Zunächst taucht oft die Frage auf: „Kann ich das überhaupt? – Passt das zu mir?“ – weil es so ungewohnt scheint. Wenn Sie dies einmal ausprobieren möchten: ein Dasein vor Gott mit zwei kurzen Impulsen am Tag, ist das eine Chance. Biblische Schöpfungsimpulse sollen dabei hilfreich sein. Abstand vom oft lauten und stressigen Alltag zu gewinnen, in sich zu hören und sich dem Geheimnis des Lebens mit Gott zu öffnen – eine Möglichkeit, zu der Sie an diesen Tagen eingeladen sind.

Begleitung: Markus Arndt, Andernach

Teilnehmerzahl: 8 - 11

Beginn: Montag, 18 Uhr, **Ende:** Freitag, 9 Uhr

Kursgebühr: 49 € **Unterkunft und Verpflegung:** 313 €

Kursnummer: 2027EX12

25. - 31. Juli

Vom Schatz im Acker – Einzelexerzitionen mit Gemeinschaftselementen

In Gleichnissen drückt Jesus Wesentliches seiner Verkündigung aus und antwortet mit ihnen auf Fragen der Menschen. Ausgewählte Gleichnisse Jesu werden uns durch die Exerzientage begleiten. Sie laden ein, mit den Fragen unseres Lebens und Glaubens darin Antwort zu suchen und durch sie Jesu persönliche Botschaft an uns tiefer zu verstehen.

Elemente der Tage sind: Schweigen, Gottesdienst, täglicher Impuls zu den Gleichnissen, gemeinsame Meditation sowie das Angebot zu Einzelgesprächen und Achtsamkeitsübungen mit dem Leib.

Begleitung: Hedwig Pelletier, Bitburg

Teilnehmerzahl: 7 - 10

Beginn: Sonntag, 18 Uhr, **Ende:** Samstag, ca. 11 Uhr

Kursgebühr: 121 € **Unterkunft und Verpflegung:** 481€

Kursnummer: 2027EX13

27. August - 5. September

Ignatianische Einzelexerzitionen

Das Leben ordnen – so könnte man die Intention des Exerzitenbuches von Ignatius von Loyola umschreiben. In den Einzel-exerzitionen wird dies individuell gestaltet. Dabei ist durchgängiges Schweigen eine Grundlage, mit Gott in Kontakt zu kommen. Neben Gemeinschaftselementen wie Morgengebet, Möglichkeit zur eucharistischen Anbetung vor dem Mittagessen und der abendlichen Eucharistiefeier wird in dieser Zeit der individuelle Weg der Teilnehmenden in den Mittelpunkt gestellt. Im täglichen Einzelgespräch schauen Begleiterin oder Begleiter mit den Teilnehmenden den nächsten Schritt im Exerzitenprozess an. Grundvoraussetzung für diesen Exerzitenkurs sind psychische Gesundheit und ein Vorgespräch.

Begleitung: Monika Bauer-Stutz, Wittlich
Markus Arndt, Andernach

Teilnehmerzahl: 10 - 12

Beginn: Freitag, 18 Uhr, **Ende:** Sonntag, 9 Uhr

Kursgebühr: 292 € **Unterkunft und Verpflegung:** 733 €

Kursnummer: 2027EX14

29. August - 4. September

Wander-Exerzitien

„Sie schreiten voran mit wachsender Kraft“ (Psalm 84)

Frauen und Männer, die bereits Exerzitien-Erfahrung haben und sich gerne in der Natur bewegen, sind eingeladen, in diesen Wanderexerzitien leib-seelisch aufzutanken und in die Stille, in das Schweigen einzutauchen.

Neben dem täglichen Begleitgespräch sind diese Ignatianischen Exerzitien mit einem gemeinsamen Morgenlob und dem „Gebet der liebenden Aufmerksamkeit“ als Tagesabschluss gestaltet.

Auf den Wanderungen (ca. 11-15 km / 4-5 Stunden) gibt es geistliche Impulse, Reflexionsfragen zur eigenen Lebensgeschichte, verschiedene Bibeltexte und Leibwahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen. Der Nachmittag bietet Zeit für die persönlichen Meditationen bzw. das Gebet. Es besteht die Möglichkeit, die Eucharistie in der Klosterkirche mitzufeiern.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Socken für den Meditationsraum sowie geeignete Wanderschuhe, Sonnen- und Regenschutz sowie einen kleinen Rucksack mit Butterbrotdose und Trinkflasche für die Wanderungen mit.

Begleitung: Katrin Gergen-Woll, Dillingen/Saar
Dorothea Welle, Hinterzarten

Teilnehmerzahl: 7 - 10

Beginn: Sonntag, 18 Uhr, **Ende:** Samstag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 370 € **Unterkunft und Verpflegung:** 501 €

Kursnummer: 2027EX15

13. - 17. September

Kurzexerzitien

Unterwegs mit Franziskus von Assisi

Die Exerzitien bringen den Lebensweg des heiligen Franziskus mit Erfahrungen aus der Heiligen Schrift in Verbindung. Sie wollen Anregungen für den persönlichen Lebensweg heute sein.

Tägliche gemeinsame Gebetszeiten (hl. Messe bzw. Laudes oder Vesper), täglich zwei biblische Impulse, Gelegenheit zu Einzelgesprächen, durchgängiges Schweigen.

Begleitung: P. Christoph Mingers OFM, St. Thomas

Teilnehmerzahl: 6 - 10

Beginn: Montag, 18 Uhr, Ende: Freitag, 9 Uhr

Kursgebühr: 80 € Unterkunft und Verpflegung: 313 €

Kursnummer: 2027EX16

18. - 25. September

Kontemplative Exerzitien

Elemente: durchgehendes Schweigen, 6 - 8 x 25 min Meditation in der Gruppe, Hinführung zum Herzensgebet, tägliches Begleitgespräch, Erfahrungsaustausch in der Gruppe, Zeit für Spaziergänge und Wahrnehmung in der Natur, Möglichkeit zur Teilnahme an der Eucharistiefeier im Haus.

Teilnahmezusage erst nach einem Vorgespräch mit Frau Klose:
Annette.Klose@t-online.de

Begleitung: Klose GCL, Mainz

Teilnehmerzahl: 5 - 7

Beginn: Samstag, 18 Uhr, Ende: Samstag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 137 € Unterkunft und Verpflegung: 585 €

Kursnummer: 2027EX17

29. September - 3. Oktober

Wander-Kurzexerzitien „Von Wegen ins Leben“

Für Christen sind Lebenswege auch Glaubenswege, ist ihre persönliche Biografie mit Gottes Heilsgeschichte verwoben. Die Bibel erzählt diese Heilsgeschichte und sie ist wie eine gute Landkarte, auf der man Orientierung fürs Leben findet.

Im Gehen schweigen wir, kommen ins Staunen und nehmen die Schöpfung/Natur als Gottes 1. Offenbarung wahr. Im Gehen sprechen wir zu dem Gott, der Ursprung und Ziel unseres Lebens ist, und sind doch erdverbunden. Dazu helfen uns die Geistlichen Übungen des Ignatius von Loyola, der sich selbst als Pilger und Gottsucher beschreibt.

Konkrete Anleitungen zu verschiedenen Gebetsformen und Schriftbetrachtung, durchgehendes Schweigen, Kurzreferate, Wanderungen (ca. 4,5 Stunden, ca. 15 km) mit geistlichen Impulsen und Wahrnehmungsübungen, Begleitgespräch und die Möglichkeit zur Eucharistiefeier prägen diese Exerzientage. Bitte bringen Sie Schreibzeug, bequeme Kleidung und Socken für den Meditationsraum sowie Wanderschuhe, Sonnen- und Regenschutz, einen Rucksack für Butterbrotdose und Trink- oder Thermosflasche mit.

Begleitung: Katrin Gergen-Woll, Dillingen/Saar

Teilnehmerzahl: 8 - 12

Beginn: Mittwoch, 18 Uhr, **Ende:** Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 147 € **Unterkunft und Verpflegung:** 333 €

Kursnummer: 2027EX18

17. - 23. Oktober

Wo bleibe ich? Ignatianische Einzel-exerzitien mit Gemeinschaftselementen

Es gibt Zeiten, da fragen wir uns Wo bleibe ich? Oft ist die Frage verbunden mit der Sorge, sich selbst zu verlieren oder mit der Suche nach dem rechten Platz im Leben. Die Exerzientage wollen einladen zum Anhalten und Innehalten. Sie ermöglichen es, einen ganz persönlichen Weg zu gehen, Lebensthemen anzuschauen und den eigenen Glauben zu stärken oder neu zu entdecken. Elemente dieser Tage sind durchgängiges Schweigen, tägliches Einzelgespräch, Gottesdienst, gemeinsame Meditation und das Angebot zu Achtsamkeitsübungen mit dem Leib.

Begleitung: Hedwig Pelletier, Bitburg

Teilnehmerzahl: 6

Beginn: Sonntag, 18 Uhr, **Ende:** Samstag, ca. 11 Uhr nach Frühstück und Segensfeier

Kursgebühr: 144 € **Unterkunft und Verpflegung:** 501 €

Kursnummer: 2027EX19

2. - 6. November

Kurzexerzitien mit Pippi Langstrumpf Mit Neugier und Vielfalt Stille entdecken

Wer möchte nicht manchmal so sein wie Pippi Langstrumpf?
Stark und mutig, lebendig und voller Ideen, sprudelnd vor
Energie und Kreativität.

Sie und ihre Schöpferin Astrid Lindgren können uns Impulse
geben für ein Leben im Einklang mit uns selbst – stimmig,
lebendig und verbunden mit unseren spirituellen Wurzeln.

Auch allen, die vielleicht noch keine Exerzitien erlebt haben,
kann Pippis Grundhaltung: „Das hab’ ich noch nicht auspro-
biert – das wird bestimmt gut!“ eine Ermutigung sein, sich
diese neue Erfahrung zuzutrauen.

Der persönliche Prozess wird unterstützt durch → überwie-
gendes Schweigen → Körperwahrnehmungsübungen
→ kreative Elemente → Gruppenaustausch → gemeinsames
meditatives Gebet → Möglichkeit zum persönlichen Gespräch
→ Naturerleben in der Herbstlandschaft.

**Begleitung: Angela Hoffmann, Wasserliesch
Gabriele Löser-Widua, Mönchengladbach**

Teilnehmerzahl: max. 10

Beginn: Dienstag, 18 Uhr, Ende: Samstag, 11 Uhr

Kursgebühr: 46 € Unterkunft und Verpflegung: 325 €

Kursnummer: 2027EX20

Kooperation mit der Fachstelle für Exerzitienarbeit im Bistum
Aachen: www.spirituelle-zeiten.de



geistliche zeiten

3. - 6. Juni

EINKLANG-Tage – für Einsteiger

An diesen Tagen soll Raum gegeben werden, sich in Achtsamkeit, Meditation und Gelassenheit einzuüben. Neben dem Kennenlernen von Achtsamkeits- und Meditationsübungen geht es um den Einsatz von Klang- und Rhythmusinstrumenten zur Förderung von Ruhephasen und Entspannung. Die TeilnehmerInnen werden in verschiedene Gebetsformen eingeführt. Leibübungen sollen Entspannung und Konzentration fördern. Der Transfer der Übungen in den Alltag wird durch ein spezielles Angebot zur Nachhaltigkeit besonders gefördert.

Es werden sowohl EinsteigerInnen- als auch zwei Fortgeschrittenen-Gruppen angeboten.

Die EinsteigerInnengruppe wird geleitet von:

Roland Waltner, Püttlingen,
Reimund Franz, Riegelsberg

Die Fortgeschrittenengruppe I wird geleitet von:

Anne-Kathrin Becker, Merzig
Daniel Buwen, Saarbrücken

Die Fortgeschrittenengruppe II wird geleitet von:

Angelika Fontaine-Dahlem, Schwalbach

Teilnehmerzahl: je Kurs 12 - 15

Beginn: Donnerstag, 18 Uhr, Ende: Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 192 € Unterkunft und Verpflegung: 257 €

Kursnummer: 2027GZ01

(In Kooperation mit dem Schulpsychologischen Dienst des Landkreises Saarlouis, der Schulseelsorge am Albert-Einstein-Gymnasium in Völklingen und dem Institut für Lehrerfortbildung (ILF) in Saarbrücken)

Diese Veranstaltung ist vom ILF Saarbrücken als LehrerInnen-Fortbildung anerkannt.

3. - 6. Juni

EINKLANG-Tage – für Fortgeschrittene I

Kursnummer: 2027GZ02

3. - 6. Juni

EINKLANG-Tage – für Fortgeschrittene II

Kursnummer: 2027GZ03

14. - 18. Juni

„Welch ein Vertrauen“ – eine geistliche Zeit für und mit Frauen

Zu allen Zeiten gab und gibt es Frauen, deren Leben geprägt ist von einer tiefen Gottesbeziehung, aus der heraus sie ihr persönliches Leben gestalten und das Leben christlicher Gemeinden und Gemeinschaften prägten und prägen. In der Kirchengeschichte finden sich viele Beispiele, wie etwa Frauen der Urkirche, die sich mit ihrer ganzen Person, mit ihrem Vermögen und all ihren Möglichkeiten für das Evangelium einsetzten.

In unserer Geistlichen Zeit wollen wir diese Frauen, ihre Charismen und ihre Aufgaben genauer in den Blick nehmen. Sie wollen uns ermutigen, Verantwortung für und im eigenen Leben, aber auch in Kirche und Welt zu übernehmen.

Die Geistliche Zeit ist geprägt von Momenten der Stille und des Gebetes, des Austausches mit anderen, kreativen Elementen und Impulsen. In Einzelgesprächen können persönliche Lebens- bzw. Glaubenserfahrungen näher reflektiert, eingeordnet und nach Möglichkeit integriert werden. Alles das will helfen, zur Ruhe zu kommen, Kraft zu schöpfen und (neu) zu vertrauen.

Begleitung: Gerlinde Paulus-Linn, Hermeskeil
Monika Bauer-Stutz, Wittlich

Teilnehmerzahl: 10

Beginn: Montag, 18 Uhr, Ende: Freitag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 170 € Unterkunft und Verpflegung: 345 €

Kursnummer: 2027GZ04

13. - 14. August

Zeit für Dich

Biblisch-spirituelle Impulse wollen zu neuen Deutungsmöglichkeiten und Perspektiven anregen. Es bleibt Raum für Gespräch und Austausch. Eutonische Übungen und Zeiten der Stille laden zur Ruhe und Zeit für sich selbst ein.

Begleitung: Nicole Rauen, Speicher

Teilnehmerzahl: 8 - 12

Beginn: Freitag, 15 Uhr, **Ende:** Samstag, 17 Uhr

Kursgebühr: 14 € **Unterkunft und Verpflegung:** 95 €

Kursnummer: 2027GZ05

16. - 19. September

Stille lauschen...

Stille ist Wahrnehmung... Stille ist bewusstes Hinhören... Stille ist die Fähigkeit, die Welt zu hören... Stille ist ein Grundbaustein für emotionale Intelligenz... Stille sind Klänge... Stille ist Leere... Dies sind Aussagen einer Gesundheitsberaterin, eines Dirigenten, eines Reiseschriftstellers, eines Neurophysiologen, eines Musikers und eines Umweltforschers über das, was Stille sein kann. Kreative, meditative und experimentelle Impulse möchten in diesen Tagen des vorwiegenden Schweigens einladen, der Stille mit ihren Wirkungen, Grenzen und Möglichkeiten für mich selbst auf die Spur zu kommen.

Begleitung: Angela Hoffmann, Wasserliesch

Karin Jacobs, Losheim am See

Maik Bierau, Wasserliesch

Teilnehmerzahl: 12

Beginn: Donnerstag, 18 Uhr, **Ende:** Sonntag, 13.30 Uh

Kursgebühr: 152 € **Unterkunft und Verpflegung:** 257 €

Kursnummer: 2027GZ06

24. - 26. September

Mit Bibel und Rucksack

Unter diesem Motto sind Sie eingeladen, sich gemeinsam und mit der Bibel „auf den Weg“ zu machen. Das Wochenende ist eine Mischung aus Bibelarbeit im Haus und beim Wandern. Unterschiedliche Methoden des Zugangs zu biblischen Texten sollen uns genauso inspirieren wie gemeinsames Gespräch, Schweigen, Singen und Beten. Seien Sie offen für Texte aus der Hl. Schrift sowie die Glaubenszeugnisse der Mitwandernden.

Bitte bringen Sie eine Bibel – Neue Einheitsübersetzung – mit (es können auch Exemplare ausgeliehen werden). Die Wegstrecken sind max. 8 km lang. Festes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Kleidung dürfte selbstverständlich sein.

Begleitung: Cordula Kanera-Neumann, Aachen

Teilnehmerzahl: 10 - 12

Beginn: Freitag, 18 Uhr, **Ende:** Sonntag 13.30 Uhr

Kursgebühr: 46 € **Verpflegung:** 169 €

Kursnummer: 2026GZ07

23. Oktober

Ein Tag zum „Auftanken“

Spirituelle Impulse und Körperwahrnehmungsübungen laden ein, zu persönlichen Erfahrungen und lassen Raum für Ruhe und Zeit für sich selbst.

Eingeladen sind alle, die sich auf unterschiedliche Zugänge und neue Erfahrungen einlassen möchten.

Begleitung: Nicole Rauen, Speicher

Teilnehmerzahl: 8 - 12

Beginn: Samstag, 9.30 - 17 Uhr

Kursgebühr: 5 € **Unterkunft und Verpflegung:** 30 €

Kursnummer: 2027GZ08

19. - 21. November

Wie soll ich dich empfangen ... Geistliche Zeit zur Einstimmung in den Advent

Wir schauen auf das Ende des Kirchenjahres und auf das Gottesbild im Christ-König-Fest. Wir spüren unsere Sehnsucht nach Licht und Liebe in den kürzer werdenden Tagen und stimmen uns auf den Advent, die Ankunft Gottes, ein. In Gebet und Schriftbetrachtung schauen wir auf unser Leben und unsere Beziehung zu Gott. Ein Kirchenlied von Paul Gerhardt wird uns begleiten, das unter anderem Gottes bedingungslose Zuwendung an die Menschen besingt.

Elemente dieses Besinnungswochenendes sind Leibwahrnehmung, Impulsreferate, Betrachtung von biblischen Texten, gemeinsame und individuelle Gebetszeiten sowie die Möglichkeit zur Mitfeier der Liturgie in der Klosterkirche.

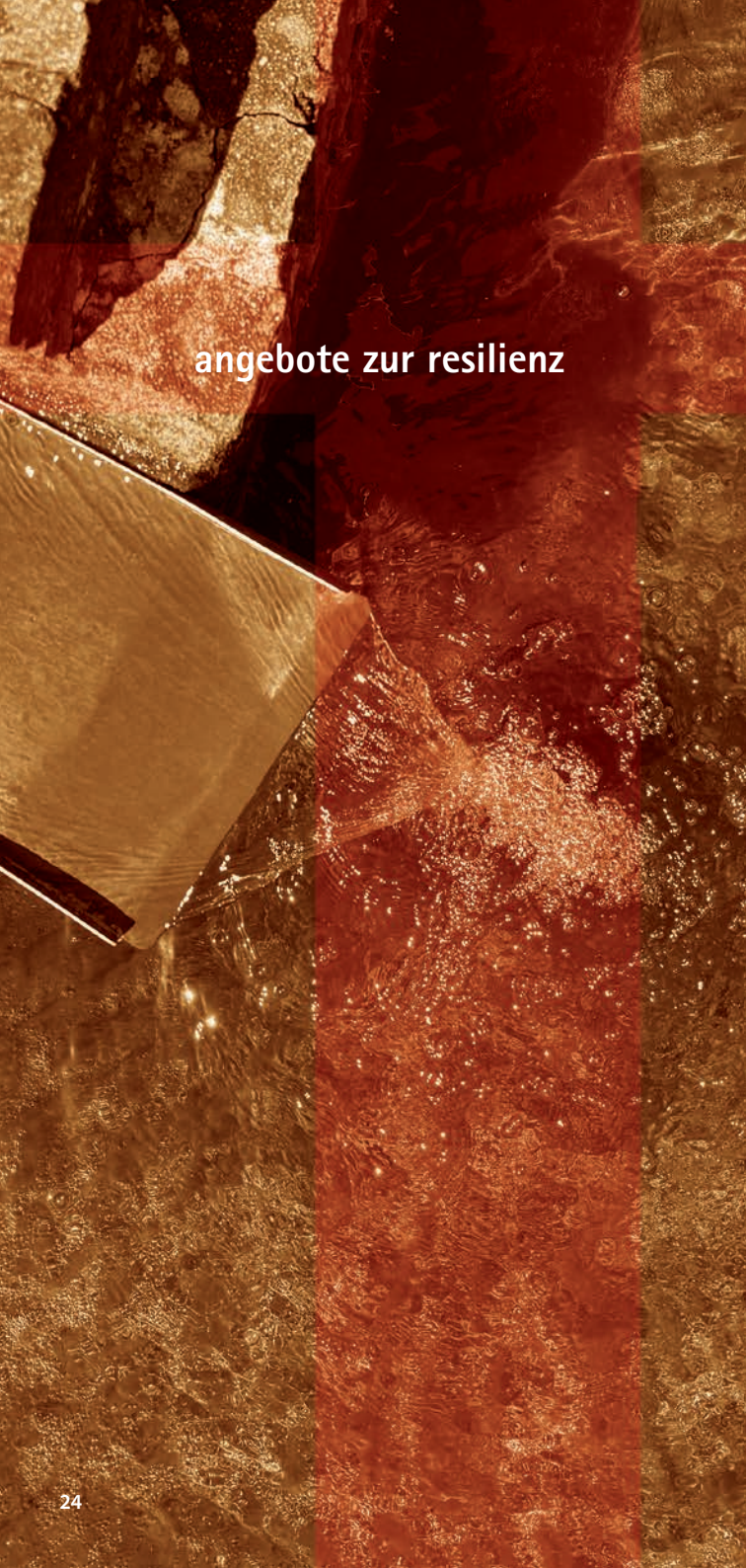
Begleitung: Katrin Gergen-Woll, Dillingen/Saar

Teilnehmerzahl: 8 - 15

Beginn: Freitag, 18 Uhr, Ende: Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 76 € Unterkunft und Verpflegung: 169 €

Kursnummer: 2027GZ09



angebote zur resilienz

19. - 21. Februar

„Schätze meines Lebens“

Kraft sammeln mit Impulsen der Resilienz und im kreativen Tun

Das Leben ist eine Reise, reich an Erfahrungen – von den glücklichen Momenten bis hin zu den herausfordernden Zeiten. Jeder von uns hat einen einzigartigen Lebensschatz an Erinnerungen, Erlebnissen und Begegnungen. Dieser Schatz hat uns geprägt und schenkt uns Freude, Trost und die Kraft für unseren Alltag.

In dieser besonderen Kraft-Sammelzeit haben Sie die Möglichkeit, die „Schätze Ihres Lebens“ zu entdecken. Zahlreiche „Schatzkisten“ warten darauf von Ihnen geöffnet zu werden. Entdecken Sie neue Perspektiven, erinnern Sie sich an stärkende Erlebnisse und finden Sie Ihre persönlichen Kraftquellen. Erleben Sie Leichtigkeit und Lebensfreude und entdecken Sie Ressourcenschätze.

Entwerfen Sie eine Schatzkarte für Ihre Zukunft.

Freuen Sie sich auf Impulse, die Sie mit dem HIRN verarbeiten, mit dem HERZ erspüren und mit der HAND kreativ gestalten können. So wird Resilienz erlebbar und gibt Ihnen die nötige Kraft für den Alltag und die Gestaltung Ihres eigenen Lebens.

Begleitung: Yvonne Strupp, Wasserliesch

Teilnehmerzahl: 10 - 12

Beginn: Freitag, 16 Uhr, Ende: Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 221 € Unterkunft und Verpflegung: 168 €

Kursnummer: 2027RE1

21. - 23. April

„Finde Deine Ressourcen und entdecke innere Stärke“

Ein inspirierendes Seminar, um die eigene Resilienz auf kreative Weise zu stärken!

In einer Zeit ständiger Veränderungen ist es wichtig, innere Stabilität, Kraft und Selbstfürsorge zu entwickeln. Eine Sammlung von eigenen Ressourcen kann dabei sehr hilfreich sein, um in herausfordernden Momenten auf persönliche Stärken und unterstützende Maßnahmen zurückgreifen zu können.

Lernen Sie, wie Sie ihre eigene Resilienz mit HIRN, HERZ und HAND stärken können.

Ein zentrales Element des Seminars ist die kreative Gestaltung eines persönlichen Ressourcenschatzbuches – ein liebevoll

gestaltetes Buch, das Ihre Kraftquellen sichtbar macht und für Sie ein wertvoller Begleiter werden kann.

Freuen Sie sich auf eine Einführung in das Thema Resilienz: Was ist Resilienz und warum ist sie wichtig? Auf Impulse zur Entdeckung individueller Ressourcen, Bewältigungsstrategien und Lösungskompetenzen. Kreative Gestaltungstechniken wie Collagen, kreatives Schreiben uvm. und einen wertvollen Austausch in der Gruppe.

Lassen Sie uns gemeinsam in einem kreativen Umfeld Resilienz erleben und Ihr persönliches Ressourcenschatzbuch gestalten!

Begleitung: Yvonne Strupp, Wasserliesch

Teilnehmerzahl: 10 - 12

Beginn: Mittwoch, 15 Uhr, **Ende:** Freitag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 221 € **Unterkunft und Verpflegung:** 168 €

Kursnummer: 2027RE2

12. - 14. November

„Mit Resilienz meine inneren Kraftquellen stärken“

Ein Resilienztraining zum Erleben der 7 Schlüsselkompetenzen

Resilienz ist die Fähigkeit, Veränderungen und Krisen im Leben gut zu meistern und gestärkt daraus hervorzugehen. An diesem Wochenende steht das ERLEBEN der Resilienz im Mittelpunkt und bietet Ihnen damit vielfältige Impulse, die Sie in Ihrer eigenen Kraft stärken und zu aktiven Gestaltern Ihres Lebens machen.

Kompakt, kreativ und kraftvoll erleben Sie die 7 Schlüsselkompetenzen der Resilienz (Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientierung, Verantwortung übernehmen, sich selbst regulieren, Beziehungen gestalten, Zukunft gestalten). In einer Mischung von Informationen, Austausch in Kleingruppen, Übungen und Impulsen können Sie so Ihre Kraftquellen entdecken und stärken.

Ziel dieses Trainings ist der Ausbau von resilienten Stärken und Ressourcen, um im Alltag wieder schneller in Balance zu kommen.

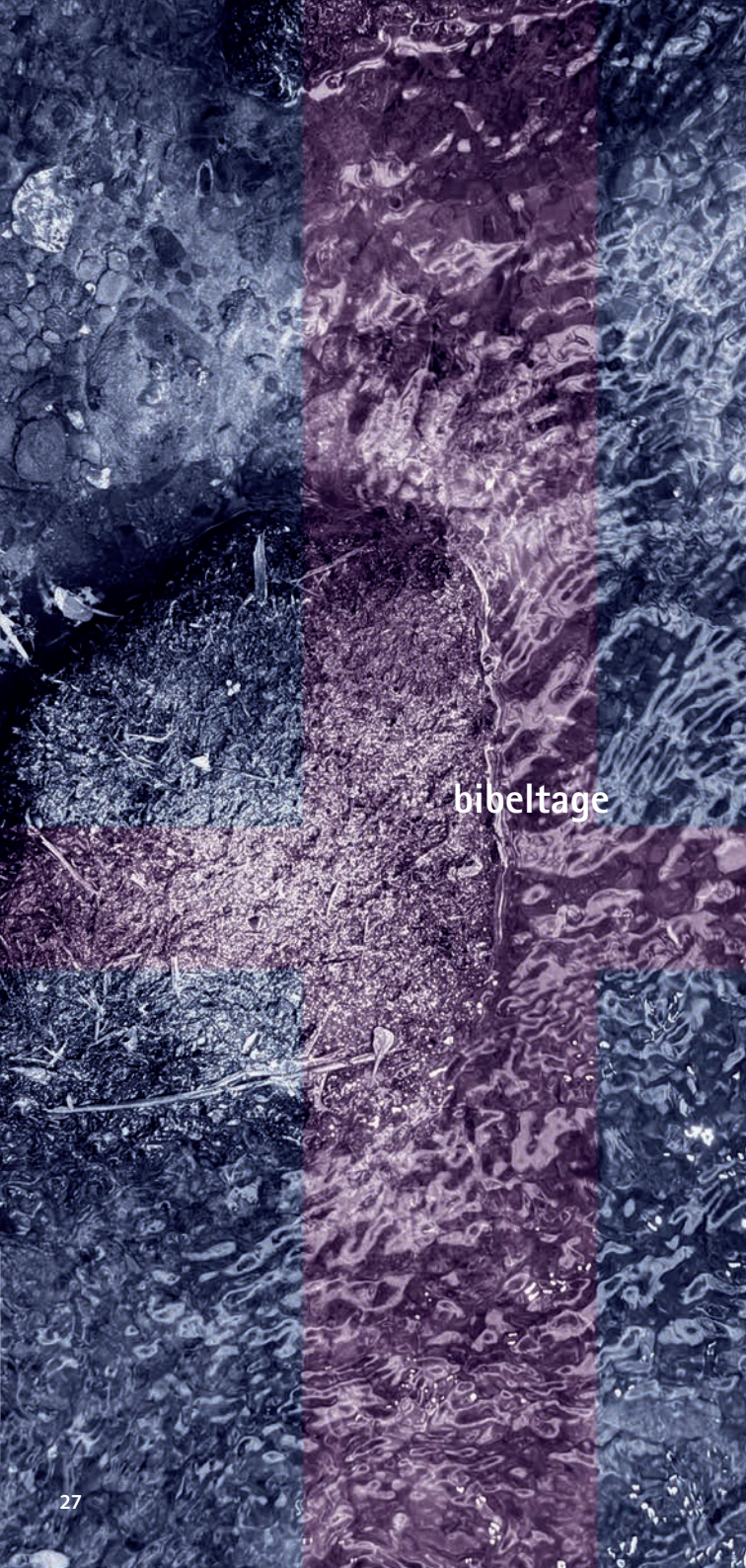
Begleitung: Yvonne Strupp, Wasserliesch

Teilnehmerzahl: 10 - 12

Beginn: Freitag, 15 Uhr, **Ende:** Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 221 € **Unterkunft und Verpflegung:** 168 €

Kursnummer: 2027RE3



bibeltage

20. März

Paare in der Bibel

Im Alten wie im Neuen Testament ist von unterschiedlichen Paaren die Rede, die für die Geschichte des Gottesvolkes Israel wie für die frühe Christenheit bedeutsam waren und sind. Einige dieser Paare werden an diesem Tag vorgestellt.

Begleitung: Cordula Kanera-Neumann, Aachen;
P. Christoph Mingers OFM, St. Thomas

Teilnehmerzahl: 8 - 14

Beginn: 9.30 Uhr, **Ende:** 17 Uhr

Kursgebühr: 45 € **Verpflegung:** 37 €

Kursnummer: 2027BT1

19. Juni

Weggeschichten

In der Heiligen Schrift sind sowohl das Volk Gottes (Juden wie Christen) als auch einzelne Menschen immer wieder unterwegs. Der Bedeutung dieser Weggeschichten in den Veränderungen unserer Tage soll an diesem Tag nachgegangen werden.

Begleitung: Cordula Kanera-Neumann, Aachen;
P. Christoph Mingers OFM, St. Thomas

Teilnehmerzahl: 8 - 14

Beginn: 9.30 Uhr, **Ende:** 17 Uhr

Kursgebühr: 45 € **Verpflegung:** 37 €

Kursnummer: 2027BT2

11. September

Paulus

Der Völkerapostel ist eine Person mit sehr unterschiedlichen Facetten. Als Phariseer bekämpft er zunächst den Glauben an Jesus als Messias. Schließlich wird er zu dessen Verkünder und verbreitet die Botschaft vom jüdischen Messias letztlich weit über die Grenzen seines Volkes hinaus. Die persönliche Entwicklung des heiligen Paulus und seine Bedeutung für uns wird an diesem Tag erarbeitet.

Begleitung: Cordula Kanera-Neumann, Aachen;
P. Christoph Mingers OFM, St. Thomas

Teilnehmerzahl: 8 - 14

Beginn: 9.30 Uhr, **Ende:** 17 Uhr

Kursgebühr: 45 € **Verpflegung:** 37 €

Kursnummer: 2027BT3

27. November

Offenbarung - Ein Buch mit sieben Siegeln

Das letzte Buch des Neuen Testaments und damit gleichzeitig der ganzen Bibel wird auch Apokalypse genannt. Seine Sprachbilder wirken auf uns geheimnisvoll und erschreckend. Dabei ist dieses Werk eine Trostschrift für Gemeinden im damaligen Kleinasien. Diesem Charakter und den dafür verwendeten Sprachbildern wird an diesem Bibeltag nachgegangen.

Begleitung: Cordula Kanera-Neumann, Aachen;
P. Christoph Mingers OFM, St. Thomas

Teilnehmerzahl: 8 - 14

Beginn: 9.30 Uhr, **Ende:** 17 Uhr

Kursgebühr: 45 € **Verpflegung:** 37 €

Kursnummer: 2027BT4



rhythmus-atem-bewegung

Kurse in „Rhythmus-Atem-Bewegung“

Rhythmus-Atem-Bewegung, die Lehr- und Übungsweise nach Hannelore Scharing, ist ein erfahrungsbezogener Übungsweg der Körperwahrnehmung und somit auch der Selbsterfahrung und Selbsterkenntnis. Das Üben orientiert sich ganz am menschlichen Körperbau und gründet auf 7 Prinzipien:

- Kontakt (Wahrnehmen der Beziehung zum Naheliegenden),
- Fühlen über sich hinaus, → Bewegung, → Innere Räume,
- Knochenbewusstsein, → Üben mit erhöhten Widerständen,
- Hören was ich soll...

Das Üben hilft dem Leib, mehr zu seiner ursprünglichen Ordnung zu finden, und fördert so die Bereitschaft, im Hier und Jetzt gegenwärtig zu leben. Mehr Freude am leibhaftigen Dasein und ein verstärktes Bewusstsein für Beziehung wirken sich auch auf den Kontakt mit den Mitmenschen und mit Gott aus. Elemente des Übens sind: Sitzen im Schweigen, Übungen auf dem Boden im Liegen, im Stand und im Gehen, Austausch, Teilnahme am Gottesdienst.

22. - 24. Januar

„Rhythmus-Atem-Bewegung“ für alle Interessierten

Referentin: Hedi Loeff, Köln

Teilnehmerzahl: 10

Beginn: Freitag, 18 Uhr, Ende: Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 96 € Unterkunft und Verpflegung: 165 €

Kursnummer: 2027RAB1

12. - 14. März

„Rhythmus-Atem-Bewegung“ für bereits Übende

Referentin: Hedi Loeff, Köln

Teilnehmerzahl: 10

Beginn: Freitag, 18 Uhr, Ende: Dienstag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 96 € Unterkunft und Verpflegung: 165 €

Kursnummer: 2027RAB2

14. - 18. Mai

„Rhythmus-Atem-Bewegung“ über Pfingsten für Fortgeschrittene – Aufbaukurs

Referentin: Hedi Loeff, Köln

Teilnehmerzahl: 10

Beginn: Freitag, 18 Uhr, Ende: Dienstag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 185 € Unterkunft und Verpflegung: 333 €

Kursnummer: 2027RAB3

11. - 15. August

„Rhythmus-Atem-Bewegung“ Grundkurs – Anfänger und Fortgeschrittene

Referentin: Hedi Loeff, Köln

Teilnehmerzahl: 10

Beginn: Mittwoch, 18 Uhr, Ende: Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 185 € Unterkunft und Verpflegung: 333 €

Kursnummer: 2027RAB4

22. - 24. Oktober

„Rhythmus-Atem-Bewegung“ für alle Interessierten

Referentin: Hedi Loeff, Köln

Teilnehmerzahl: 10

Beginn: Freitag, 18 Uhr, Ende: Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 96 € Unterkunft und Verpflegung: 165 €

Kursnummer: 2027RAB5

10. - 12. Dezember

„Rhythmus-Atem-Bewegung“ für bereits Übende

Referentin: Hedi Loeff, Köln

Teilnehmerzahl: 10

Beginn: Freitag, 18 Uhr, Ende: Sonntag, 13.30 Uhr

Kursgebühr: 96 € Unterkunft und Verpflegung: 165 €

Kursnummer: 2027RAB6



mehr

Weitere Angebote

zu Exerzitien und geistlichen Zeiten bzw. Fortbildungen
im Bereich des Bistums erhalten Sie bei

**Diözesanstelle Exerzitien, Geistliche Begleitung
und Berufungspastoral:** www.geistlichleben.de

Wander-Exerzitien: [www.pr-andernach.de/themen/
wanderexerzitien](http://www.pr-andernach.de/themen/wanderexerzitien)

Geistliches Zentrum Püttlingen:
www.kloster-heilig-kreuz.de/geistiges-zentrum

Ehrenamtsentwicklung: www.ehrenamt.bistum-trier.de

Erwachsenenbildung im Bistum Trier: www.keb-trier.de/

Fortbildung: [www.bistum-trier.de/unser-bistum/verwaltung/
bischoefliches-generalvikariat/bischoefliches-generalvikariat-
uebersicht/personal/personalentwicklung/uebersicht/index.html](http://www.bistum-trier.de/unser-bistum/verwaltung/bischoefliches-generalvikariat/bischoefliches-generalvikariat-uebersicht/personal/personalentwicklung/uebersicht/index.html)

und den Mentoraten

in Trier: www.mentorat-trier.de,
in Koblenz: www.mentorat-koblenz.de und
in Saarbrücken: www.khg-saarbruecken.de

Referenten und Referentinnen

Markus **Arndt**, Cochem,

Pfarrer, Exerzitienbegleiter, Geistlicher Begleiter

Monika **Bauer-Stutz**, Wittlich,

Geistliche Begleiterin, Exerzitienbegleiterin, Religionspädagogin

Anne-Kathrin **Becker**, Merzig

Diplompsychologin und Psychotherapeutin (PP)

Maik **Bierau**, Trier,

Gemeindereferent, Exerzitienbegleiter, Geistlicher Begleiter

Daniel **Buwen**, Saarbrücken,

Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut (PP)

Angelika **Fontaine-Dahlem**, Schwalbach,

Gesundheits- und Krankenpflegerin für Psychosomatik

Reimund **Franz** GCL, Riegelsberg,

Diakon, Exerzitienbegleiter, Geistlicher Begleiter

Katrin **Gergen-Woll**, Dillingen,

Diplom-Theologin, Bildungsreferentin Exerzitienbegleiterin,

Geistliche Begleiterin, Kreistanzlehrerin

Angela **Hoffmann**, Wasserliesch,

Physiotherapeutin, Bowtech-Anwenderin, Geistliche Begleiterin

Karin **Jakobs**, Losheim am See,

Geistliche Begleiterin, Künstlerin

Angelika **Kamlage**, Leonberg,

Geistliche Begleiterin, Coach, Fotografin

Cordula **Kanera-Neumann**, Aachen,

Dipl. Religionspädagogin, Bibliologin, zertifiziert in Bibel-pastoraler Arbeit

Annette **Klose** GCL, Mainz,

Pastoralreferentin, Geistliche Mentorin

Sr. Martina **Kohler** SSpS, Eschweiler,

Pastoralreferentin, Exerzitienbegleiterin, Geistliche Begleiterin

Martina **Leinen**, Saarlouis,

Dipl. Religionspädagogin, ignatianische Exerzitienbegleiterin

Hedi **Loeff**, Köln,

Förderschullehrerin, Dipl. Lehrerin in Rhythmus-Atem-Bewegung nach Scharing, Heilpraktikerin, Geistliche Begleiterin

Gabriele **Löser-Widua**, Mönchengladbach,

Pastoralreferentin, Exerzitienbegleiterin

Mechthild **Meiers**, Saarlouis,
klinische Kunst- und Gestaltungstherapeutin, Ergotherapeutin

P. Christoph **Mingers** OFM, St. Thomas,
Direktor des Exerzitienhauses St. Thomas, geistlicher Begleiter
der zukünftigen Gemeindereferent(inn)en im Bistum Trier

Gerlinde **Paulus-Linn**, Hermeskeil,
Gemeindereferentin, Geistliche Begleiterin

Hedwig **Pelletier**, Bitburg,
Pastoralreferentin, Exerzitienbegleiterin, Geistliche Begleiterin,
Bibliologin

Nicole **Rauen**, Speicher,
Gemeindereferentin, Geistliche Begleiterin, Bibliologin

Frank **Reyans**, Aachen,
Pfarrer, Exerzitienbegleiter

Yvonne **Strupp**, Wasserliesch,
Diplom-Sozialpädagogin (FH), Resilienztrainerin

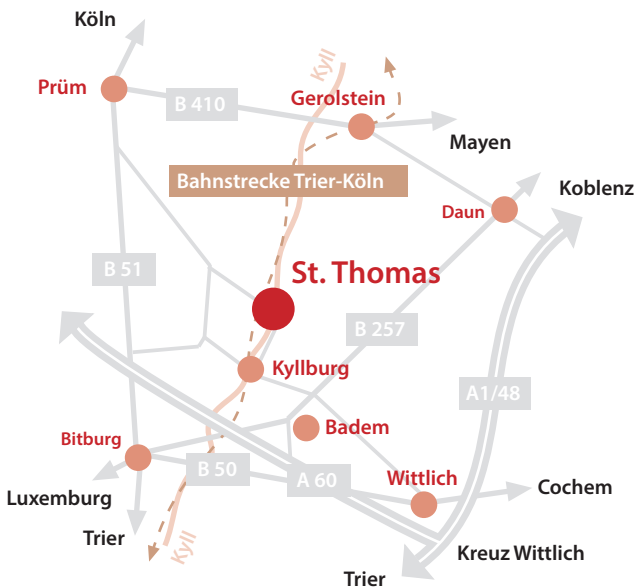
P. Markus **Thomm** Isch, Vallendar,
Exerzitienbegleiter

Roland **Waltner**, Püttlingen,
Diplompsychologe und Psychotherapeut (PP, KJP), Leiter des
Schulpsychologischen Dienstes des Landkreises Saarlouis

Dorothea **Welle**, Hinterzarten,
Dipl.-Theologin, Exerzitienbegleiterin

Anfahrt

Sie erreichen St. Thomas mit dem PKW am besten über die A 60, Ausfahrt Badem. Von dort aus weiter Richtung Kyllburg und kurz vor Kyllburg Richtung St. Thomas. St. Thomas hat eine eigene Bahnstation in der Nähe des Exerzitienhauses. Fast stündlich fahren Züge auf der Bahnstrecke Trier-Köln.



Anfragen und Auskunft

St. Thomas – Exerzitienhaus des Bistums Trier

Hauptstraße 23

54655 St. Thomas

Telefon: 06563-960700

Fax: 06563-9607260

st.thomas.exerzitienhaus@bistum-trier.de

www.sanktthomas.de

Allgemeine Geschäftsbedingungen

1. Anmeldung

Anmeldeschluss ist jeweils 28 Tage vor Beginn des Kurses.

Auf die unverbindliche Anfrage des Gastes teilen wir unsere Buchungskonditionen für den jeweiligen Kurs mit. Nach der anschließenden verbindlichen Anmeldung durch den Gast erhält dieser eine verbindliche Bestätigung durch uns in Textform. Der Vertrag über die Buchung kommt erst mit dem Zugang der Bestätigung in Textform zustande.

Die Rechnung über die Gesamtkosten, Kursgebühr und Kosten für Unterkunft und Verpflegung, erhält der Gast mit der verbindlichen Buchungsbestätigung.

2. Stornogebühren

Der Gast kann seine Buchung jederzeit vor Anreise stornieren.

Eine Stornierung muss in Textform (z.B. per E-Mail) erfolgen. Dabei gelten folgende Stornobedingungen:

Im Falle einer Stornierung oder der Nichtanreise sind wir berechtigt, eine angemessene Entschädigung für den entgangenen Umsatz zu verlangen, sofern die gebuchte Leistung nicht anderweitig vergeben werden kann.

Die Entschädigung wird wie folgt pauschaliert (jeweils bezogen auf den Gesamtpreis der Buchung inkl. gebuchter Zusatzleistungen).

- bis 28 Tage vor Anreise: kostenfrei
- 27 bis 14 Tage vor Anreise: 30 %
- 13 bis 7 Tage vor Anreise: 50 %
- 6 bis 1 Tag(e) vor Anreise: 80 %
- am Anreisetag oder bei Nichtanreise: 90 %

Das Datum des Zugangs der Stornierung bei uns ist für die Berechnung etwaiger Stornogebühren maßgeblich.

Dem Gast bleibt der Nachweis vorbehalten, dass kein Schaden oder ein wesentlich geringerer Schaden als die Pauschale entstanden ist.

Uns bleibt vorbehalten, anstelle der Pauschale eine konkret berechnete Entschädigung zu verlangen, wenn ein höherer Schaden nachgewiesen werden kann

3. Mahlzeiten

Unsere Mittagsmahlzeit ist in der Regel ein fleischhaltiges Gericht. Sollten Sie eine andere Kostform benötigen (z.B. vegetarisch oder vegan) oder Lebensmittelunverträglichkeiten bestehen, melden Sie das bitte spätestens eine Woche vor ihrer Anreise.

Ein Wechsel der Kostform während Ihres Aufenthaltes ist nicht möglich.

Nicht eingenommene Mahlzeiten werden voll berechnet. Diese Regelung gilt auch, wenn am An- oder Abreisetag eine vereinbarte Mahlzeit nicht eingenommen wird.

4. An- und Abreise

Wenn nicht anders vereinbart, sind die Zimmer ab 16 Uhr bezugsfertig. Am Abreisetag sind die Zimmer bis 9 Uhr zu räumen. Im Falle einer vorzeitigen Abreise des Gastes vor dem vereinbarten Abreisedatum behalten wir uns vor, den entgangenen Übernachtungspreis für die restliche Buchungsdauer in Rechnung zu stellen, sofern das gebuchte Zimmer nicht anderweitig vermietet werden kann.

Der pauschale Anspruch auf Ersatz beträgt 90 % des vereinbarten Preises für die nicht in Anspruch genommenen Übernachtungen. Dem Gast bleibt der Nachweis vorbehalten, dass kein oder ein wesentlich geringerer Schaden entstanden ist.

Uns bleibt vorbehalten, anstelle der Pauschale einen konkret berechneten Schaden geltend zu machen, wenn dieser höher ist.

5. Preise und Abrechnung

Gültigkeit haben die im Belegungsvertrag vereinbarten Preise.

Die Abrechnung erfolgt, sofern nicht anders vereinbart, mit dem Veranstalter / Besteller.

Die Bezahlung ist in bar, mit Bank- oder Kreditkarte, sowie per Überweisung möglich.

6. Tiere

Das Mitbringen von Haustieren in das Exerzitienhaus ist grundsätzlich nicht gestattet.

Ausnahmen hiervon bedürfen der ausdrücklichen vorherigen Zustimmung des Exerzitienhauses und können von zusätzlichen Bedingungen abhängig gemacht werden.

Assistenzhunde (z. B. Blindenführhunde) sind von diesem Verbot ausgenommen und dürfen nach vorheriger Anmeldung mitgeführt werden.

7. Elektro-Autos und -Fahrräder

Das Laden von E-Autos ist am Exerzitienhaus nicht möglich. Eine öffentliche Ladesäule finden Sie in Kyllburg: am Rathaus und auf dem Stiftsberg.

Das Laden von Akkus für E-Fahrräder ist nach Absprache nur im „Räucherhäuschen“ am Franziskustor möglich. Im Haus und in den Zimmern ist das Laden von Akkus nicht erlaubt.

8. Rauchen und offenes Feuer

Das Rauchen ist aus brandschutztechnischen Gründen überall im Haus (auch bei offenem Zimmerfenster) nicht erlaubt. Ebenso ist das Anzünden von Kerzen in den Zimmern und Gruppenräumen untersagt.

Sollte es bei Zuwiderhandlung zu einem Feuerwehreinsatz kommen, trägt der Verursacher die Kosten.

9. Brandschutz

Die Brandschutztüren auf den Fluren und im Treppenhaus dürfen nicht zugestellt werden, damit sie sich automatisch schließen können.

Im Fall eines Brandes bzw. Brandalarmes ist das Haus über die ausgeschilderten Fluchtwege laut Evakuierungsplan zu verlassen. Der Sammelplatz ist auf der Wiese vor dem Haupteingang.

Den Anweisungen des Personals ist unbedingt Folge zu leisten.

Damit Rettungsfahrzeuge ungehindert Haus und Kirche erreichen können, ist die Zufahrt zum Haus und der Weg rund um Haus und Kirche freizuhalten.

Zuwiderhandlungen werden zur Anzeige gebracht.

Datum des Kurses	Vorname / Name
Kursbezeichnung	Adresse
Kursnummer	Email
Als Begleitung gewünscht (bei Exerzitienkursen mit mehreren Personen)	Telefon
Vegetarisches Essen erwünscht (wenn zutreffend bitte ankreuzen)	Datum / Ort / Unterschrift
Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse an andere Teilnehmer/innen dieses Kurses weitergegeben wird, um Fahrgemeinschaften bilden zu können (wenn zutreffend bitte ankreuzen)	Wenn Sie Sonderkost wünschen, melden Sie das bitte spätestens bis eine Woche vor Ihrer Anreise.
Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten zum Versand des Jahresprogramms bzw. anderer Informationen des Exerzitienhauses genutzt werden (wenn zutreffend bitte ankreuzen)	

Senden Sie Ihre Anmeldung ganz einfach per Post
im Fensterumschlag oder via Fax an die angegebene Adresse.

Fax 06563-9607260

**St. Thomas
Exerzitienhaus des Bistums Trier
Hauptstraße 23
54655 St. Thomas**

