



Auszeit für Körper, Seele, Geist – online und zuhause oder unterwegs – alleine oder zu zweit - Samstag 15. Mai 2021 9.30-18.30 Uhr

„Gönne dich dir selbst. Ich sage nicht, tu das immer, ich sage nicht, tu das oft, aber ich sage, tu das immer wieder einmal: Sei wie für alle anderen auch für dich selbst da, oder jedenfalls sei es nach allen anderen.“ Bernhard von Clairvaux an Papst Eugen

In diesen 11 Stunden ist Zeit und Raum für das, was Körper, Seele und Geist guttut und was sonst oft zu kurz kommt – Unterwegssein in der Natur, Impulse zu einem biblischen Thema, Zeit für persönliches Nachdenken und Gespräche mit anderen ...

- 9.30 Uhr** Gemeinsamer Online – Start mit biblischem Impuls
- 10.00 Uhr** unterwegs – alleine oder zu zweit
- 12.15 Uhr** Innehalten am Mittag – Mittagsgebet aus der Kapelle von Stift Urach – danach: draußen oder zuhause Mittagessen und kurze Mittagspause
- 13.30 Uhr** Gemeinsames Online – Treffen mit Impulsen für die Gestaltung des Nachmittags
- 14.00 Uhr** Individuelle oder gemeinsame Gestaltung des Nachmittags: ausruhen, lesen, singen, reden, schreiben, malen ...
- 17.00 Uhr** Austauschrunde
- 18.00 Uhr** Innehalten am Abend – Abendgebet aus der Kapelle von Stift Urach

- Der Tag kann auch im Freien verbracht werden. Hilfreich sind für die Online-treffen ein Smartphone und Netz sowie je nach Wetter ein „Dach über dem Kopf“ (Schutzhütte, Kapelle, Kirche) für die Online-Zeiten, geeignete Kleidung und ausreichend Essen und Trinken.
- Einzelgespräche mit Elke Maihöfer über Zoom sind auch möglich

Leitung: Pfarrerin Elke Maihöfer, Leiterin Stift Urach

Anmeldung bis 10. Mai und weitere Informationen bei elke.maihoefer@stifturach.de

Kosten: Keine - wer mag, kann eine kleine Spende überweisen.