

„Du stellst meine Füsse auf weiten Raum“

Donnerstag, 10. bis Sonntag, 13. November 2022

Ich reserviere

- Einzelzimmer mit WC/Dusche
- Einzelzimmer mit WC/Lavabo
- Einzelzimmer mit Lavabo (Waschbecken)

Ich möchte künftig das Jahresprogramm der Steppenblüte
Community erhalten

Senden Sie mir weitere Angebote mit Stille und Schweigen

Name.....

Vorname.....

Geburtstag/Alter.....

Strasse/Hausnummer.....

PLZ/Wohnort.....

Telefon / Mobile.....

E-Mail.....

Ich benötige eine Diät.....

Bemerkungen.....

An- und Abreise

Anreise

am Donnerstag, 10. Nov., zwischen 16 und 18 Uhr
Programmbeginn um 18 Uhr
mit dem liturgischen Abendgebet

Abreise am Sonntag, 13. Nov., nach dem Mittagessen ca. 13.30 Uhr

Auto Autobahn Bern - Thun - (Richtung Spiez)
vor Spiez Ausfahrt Zweisimmen/Wimmis, Schnellstrasse
durch den Tunnel, dann Abzweigung nach links ins Diemtig-
tal, Latterbach /Oey-Diemtigen, Talstrasse ca. 12km bis
Schwenden.
Nach 3 km links: Wegweiser -> Hotel Kurhaus Grimmelalp
Achtung: Letzte Tankstelle ist in Oey!

Zug Billet /Fahrkarte lösen bis Grimmelalp oder Oey-Diemtigen.
Bern - Thun – Spiez. Dann BLS-Regionalzug Richtung
Zweisimmen bis Oey-Diemtigen. Dann Postauto bis
Schwenden– **Winteregg** (Dauer: 30-40 Min. Halt auf Ver-
langen). Fragen Sie den Busfahrer. Gehen Sie die Strasse
zurück, nach der Kurve rechts dem Wegweiser folgen, ca. 5
Min. zu Fuss.
Achtung: Das Postauto fährt nur ca. 2-stündlich!
Aktuelle Fahrzeiten finden Sie unter www.sbb.ch.

Infos und Anmeldungen / Veranstalter

Sr. Emmy Schwab Steppenblüte Community
Vogesenstrasse 89, CH 4056 Basel
Tel. 0041 (0)61 544 21 25 oder /27
sr.emmy@steppenbluete-communitaet.ch
www.steppenbluete-communitaet.ch

Tagungsort:

Hotel Kurhaus Grimmelalp
Grimmelalp 25 | CH- 3757 Schwenden | Diemtigtal BE
Telefon +41 (0) 33 684 80 00
www.kurhaus-grimmelalp.ch



STEPPENLÜTE COMMUNITÄT

„Du stellst meine Füsse auf weiten Raum“

Psalm 31,9



Exerzitien

Donnerstag, 10. bis Sonntag, 13. November 2022

Im Hotel Kurhaus Grimmelalp
www.kurhaus-grimmelalp.ch

Gott in allen Dingen suchen und finden.

Ignatianische Exerzitien laden ein zu einem persönlichen Glaubensweg in der Nachfolge Jesu. Es geht darum, sich auf einen inneren Prozess einzulassen, in dem das eigene Leben ganzheitlich angesprochen wird.

Wir verbringen die Tage durchgehend im Schweigen.

Gemeinsame Gebetszeiten, Impulse und Gottesdienste geben dem Tag eine hilfreiche Struktur und zusammen mit den persönlichen Gebetszeiten schaffen sie den Raum, sich auf die Begegnung mit Gott einzulassen.

Im täglichen Begleitgespräch...

... bekommt jede(r) Teilnehmer(in) individuelle Gebetsimpulse, die helfen sollen, die eigene Spur zu finden und den inneren Weg zu vertiefen.

Tägliche Körperwahrnehmungsübungen:

Eutonie/Feldenkrais

(nach Sharing und Feldenkrais) möchten uns zu ganzheitlichem Beten führen.

Begleitung

Sr. Emmy Schwab, Exerzitienleiterin

Karin Krebs Coach ICF

Jürg W. Krebs, Dipl. Supervisor und Coach IAP/BSO

Titelbild

Joseph von Hilde Schürk-Frisch

Mitbringen:

Bequeme Kleidung für die Meditationen und Körperwahrnehmungsübungen
Warme Kleidung (1.200m über Meer), gute Schuhe für Spaziergänge, evtl. Taschenlampe (keine öffentl. Beleuchtung), Bibel und Schreibzeug).

Zu Hause lassen: Bücher, Radio, Computer und Handy!

Der Tagesablauf

08:00 Uhr	Gemeinsame Meditation
08:30 Uhr	Frühstück
09:15 Uhr	Eutonie / Feldenkrais
10:00 Uhr	Geistlicher Impuls, anschliessend Einzelmeditation / Einzelgespräche
12:15 Uhr	Mittagessen
Am Nachmittag	Einzelmeditation / Einzelgespräche
17:30 Uhr	Anhörrunde
18:30 Uhr	Abendessen
19:30 Uhr	Gemeinsamer Tagesabschluss

Kosten

3 Tage, Vollpension:
Einzelzimmer mit WC/Dusche: Fr 348.-
Einzelzimmer mit WC/Lavabo/gem. Dusche: Fr. 318.-
Einzelzimmer mit Lavabo, gem. WC/Dusche: Fr. 288.-
(Bett- und Handwäsche + Kurtaxe und MwSt. sind inbegriffen)

Pensionskosten bar in SFr./Euro oder mit Postcard, Euro-card werden an der Reception bezahlt (Die **Europreise** werden während dem Aufenthalt nach dem aktuellen Kurs umgerechnet).

Kursbeitrag

Fr. 160.- für Kurzexerzitien
Der Kursbeitrag wird bei der Begleitperson **bar bezahlt**.
Wir versenden Anmeldebestätigungen per Mail.
Sollte Ihr Mail nicht innerhalb weniger Tage beantwortet sein, dann **fragen Sie bitte nach!!!**
Diätwünsche bitte im Voraus anmelden!

Hinweis

Zimmerwünsche werden nach Eingang der Anmeldung berücksichtigt. **Bei Abmeldung nach festen Reservationen wird eine angemessene Ausfallgebühr erhoben.**
NEU:
Die Betten sind bezogen! Frotteewäsche ist dabei.
Kaffee, Tee, Mineralwasser für zwischendurch in Selbstbedienung.

Anmeldung

„Du stellst meine Füissen auf weiten Raum“
Kurzexerzitien

(bitte den gewünschten Termin ankreuzen)

[] **Donnerstag, 10. bis Sonntag, 13. November 2022**

Sr. Emmy Schwab
Steppenblüte Community
Vogesenstrasse 89
CH-4056 Basel