



STEPPEBLÜTE COMMUNITÄT



katharinawerk

Abs.:

Du brauchst nicht
das Unmögliche möglich zu machen
du brauchst nicht
über deine Möglichkeiten zu leben
du brauchst dich nicht
zu ängstigen
du brauchst nicht
alles zu tun
du brauchst
keine Wunder zu vollbringen
du brauchst dich nicht
zu schämen
du brauchst nicht
zu genügen
du brauchst Erwartungen an dich
nicht zu entsprechen
du brauchst
keine Rolle zu spielen
du brauchst nicht immer
kraftvoll zu sein

du brauchst nicht
allein zu gehen

vielleicht ist das Einzige
was du gerade brauchst
ein Durchatmen auf der Insel?



Exerzitien auf der Insel Wangerooge

Katharina-Werk
Sylvia Laumen
Neubadstrasse 95
CH- 4054 Basel

vom 27.2. – 6.3.2022



Inselexerzitionen

Ort Haus Ansgar
Damenpfad 20
D-26486 Insel Wangerooge
Tel.: +49 4469 231
www.st-willehad.de
schlotmann@st-willehad.de

Kosten **Pension:** € 92.-pro Tag
EZ mit Dusche/ 4 Mahlzeiten
(Sonderkost + € 4.-/Tag)
wird vor Ort bezahlt
Kursgeld:
Inselexerzitionen: Fr. 380.-
Ermässigung auf Anfrage
möglich. Zahlung im voraus
mit EZ

Anreise Individuell – noch steht der
Winterfahrplan nicht fest -
Die Kurszeiten berücksichtigen
den Schiff-Fahrplan

Leitung **Sylvia Laumen, ktw**
Neubadstrasse 95
CH-4054 Basel
Tel.: +41 78 919 11 23
s.laumen@katharina-werk.org

Sr. Emmy Schwab
Steppenblüte-Communität
Vogesenstrasse 89
CH-4056 Basel
Tel.: +41 61 544 21 27
sr.emmy@steppenbluete-communitaet.ch

Anmeldung

Exerzitionen auf der Insel Wangerooge

Hiermit melde ich mich verbindlich an für die

Inselexerzitionen vom 27.2.-6.3.2022

Name: _____

Vorname: _____

Geburtstag: _____

Adresse: _____

PLZ +Ort: _____

Tel./ Handy: _____

E-mail: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine
Anmeldebestätigung und ggfls. eine
Vereinbarung für ein Vorgespräch.

Anmeldeschluss: 1. Dezember 2021
Bitte rechtzeitig absenden oder per Mail:
s.laumen@katharina-werk.org

Inselexerzitionen mit Gemeinschaftselementen vom 27.2. – 6.3.2022 auf der Insel Wangerooge

mit

- thematischen Impulsen und Übungen
- viel persönlicher stiller Zeit
- Zeit in der Natur
- gemeinsamen Meditations- und Gebetszeiten
- Körperübungen
- begleitenden Einzelgesprächen
- durchgehendem Schweigen
- Möglichkeit zum Besuch der Inselgottesdienste
- Austauschrunden