

**Retraite für Frauen auf der Grimmialp im November**  
Tage der Stille und Besinnung

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

- Ich möchte künftig Infos und das Jahresprogramm der Steppenblüte - Community erhalten
- per Mail
- per Briefpost

Name.....  
Vorname.....  
Geburtsjahr/Alter.....  
Strasse/Hausnummer.....  
PLZ/Wohnort.....  
Telefon / Mobile.....  
E-Mail.....  
Ich benötige eine Diät:.....

### An- und Abreise

**Sonntagabend: 19. November 2023 bis**  
**Donnerstagmorgen: 23. November 2023**  
**Ankunft:** zwischen 16:00 und 17:30 Uhr  
Wir beginnen um 18 Uhr mit dem liturgischen Abendgebet  
**Abreise:** nach dem Frühstück um ca. 10:00 Uhr

- Auto** Autobahn Bern - Thun - (Richtung Spiez)  
vor Spiez Ausfahrt Zweisimmen/Wimmis, Schnellstrasse durch den Tunnel, dann Abzweigung nach links ins Diemtigtal, Latterbach /Oey-Diemtigen, Talstrasse ca. 12km bis Schwenden. Nach 3 Km links: Wegweiser -> Kurhaus Grimmialp. Achtung: Letzte Tankstelle ist in Oey!
- Zug** Billet /Fahrkarte lösen bis Grimmialp oder Oey-Diemtigen. (Bis Grimmialp im Bus lösen)  
Bern - Thun – Spiez. Dann BLS-Regionalzug Richtung Zweisimmen bis Oey-Diemtigen. Dann Postauto bis Schwenden– **Winteregg** (Dauer: 30-40 Min. Halt auf Verlangen). 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](http://www.sbb.ch).

### Anmeldungen an:

Sr. Anni Reinhard  
Vogesenstrasse 89, **CH-4056 Basel**  
Tel.: 0041 (0)61 544 21 28  
Mobile: 0041 (0)79 782 11 68 Sr. Anni  
[sr.anni@steppenbluete-communitaet.ch](mailto:sr.anni@steppenbluete-communitaet.ch)  
[www.steppenbluete-communitaet.ch](http://www.steppenbluete-communitaet.ch)

### Tagungsort:

Hotel Kurhaus Grimmialp  
Grimmialp 25  
CH-3757 Schwenden / Diemtigtal  
[info@kurhaus-grimmialp.ch](mailto:info@kurhaus-grimmialp.ch)  
[www.kurhaus-grimmialp.ch](http://www.kurhaus-grimmialp.ch)  
Telefon +41 (0) 33 684 80 00



STEBPENBLÜTE COMMUNITÄT

## Retraite für Frauen



Tage der Stille und Besinnung für Frauen

Sonntag, 19. - Donnerstag, 23. November 2023

# 2023

Im Hotel Kurhaus Grimmialp  
[www.kurhaus-grimmialp.ch](http://www.kurhaus-grimmialp.ch)

## Wozu soll eine Retraite gut sein?

Die Advents- und Weihnachtszeit ist oft von besonders viel Sorgen und Stress belastet. Mütter, Haus- und Berufsfrauen können in der Retraite noch etwas „Luft holen“ und für sich Kräfte sammeln. Die angebotene Retraite ist mehr als Ferien. Es ist eine Zeit der Besinnung, Neuorientierung und Einstimmung auf die bevorstehende Zeit – oder: „Ein kleines Fenster in den Himmel!“

In diesen Tagen möchten wir gemeinsam und einsam auf Gott hören und neu Sein Reden und Handeln an uns selber erfahren.

Um besser Hören zu können, üben wir uns ins **Schweigen** ein, **bei den Mahlzeiten und tagsüber.**

## Leitung:



Die Tage werden von Sr. Anni Reinhard geleitet. Geistliche Begleiterin, Seelsorgerin, Grundkurs Exerzitienleiterin, Prädikantin (Predigthelferin)

## Am Morgen

werden Bibelarbeiten sein und Zeit für eine ausgefüllte Stille, zu der Sie begleitende Hinweise erhalten.

## Die Nachmittage

Können nach den persönlichen Bedürfnissen gestaltet werden. Zum Beispiel: Spaziergänge, Ruhen, Lesen, Basteln, Handarbeiten (Material selber mitbringen), begleitendes Gespräch.

Ab 16:00 Uhr wird ein offenes Teetrinken und etwas zu knabbern angeboten, dabei besteht die Möglichkeit sich zu unterhalten, wer will...!

## Am Abend

Treffen wir uns zu einer Bildbetrachtung oder sonst zu einem kurzen Impuls und schliessen die Retraite mit einem gottesdienstlichen Abend ab.

## Der Tagesablauf

08:30 Uhr	Kurzes liturgisches Morgengebet Anschl. Frühstück
09:45 Uhr	Biblischer Impuls, Zeit der Stille
12.00 Uhr	Kurzer Austausch
12:15 Uhr	Mittagessen
Nachmittag	Spaziergänge, Ruhen, Lesen...
Ab 16 Uhr	Tee, wer will
18:15 Uhr	kurzes liturgisches Abendgebet
Anschl.	Abendessen
20:00 Uhr	Gemeinsamer Abend

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 16 Teilnehmerinnen beschränkt. Die Tage finden ohne Kinder statt.

## Kosten

4 Tage, Vollpension  
Einzelzimmer mit WC/Dusche Fr 457.-  
Einzelzimmer mit WC/Lavabo/gem. Dusche Fr. 417.-  
Einzelzimmer mit Lavabo, gem. WC/Dusche Fr. 377.-  
(Kurtaxe und MwSt. und **Bettwäsche sind inbegriffen**)

Bezahlung bar in SFr./Euro oder mit Postcard, Eurocard während dem Aufenthalt. Die **Euros** werden während dem Aufenthalt nach dem aktuellen Kurs umgerechnet.

**Diätwünsche** bitte im Voraus (bei der Anmeldung) vermerken!

## Kursbeitrag

Fr. 80.- (Bitte in bar mitbringen. Direkt an Sr. Anni bezahlen) oder einzahlen auf Postkonto: 31-650436-7 Anna Reinhard

## Mitbringen...

**Keine Bettwäsche und Handtücher:** sind inbegriffen.  
Bibel und Schreibzeug,  
Warme Kleidung (1.200m über Meer – im November ist Schnee möglich!),  
Gute Schuhe für Spaziergänge,  
evtl. Taschenlampe (keine öffentliche Beleuchtung= Anreise abends DUNKEL!),  
evtl. Bastel- und / oder Handarbeiten.

## Hinweis

Zimmerwünsche werden nach Eingang der Anmeldung berücksichtigt. **Bei Abmeldung nach festen Reservationen wird eine angemessen Ausfallgebühr erhoben.**  
Kaffee, Tee, Mineralwasser für zwischendurch in Selbstbedienung. Nikotinfrei. Kein TV.

Wir versenden Anmeldebestätigungen per Mail. Sollte Ihr Mail nicht innerhalb weniger Tage beantwortet sein, dann **fragen Sie bitte nach!!!**

## Anmeldung

Retraite für Frauen auf der Grimmelalp 2023

Tage der Stille und Besinnung: **Bitte beachten:** Mit Schweigen verbunden!

**Sonntagabend: 19. - Donnerstagmorgen: 23. November 2023**

**Steppenblüte Community**

Sr. Anni Reinhard  
Vogesenstrasse 89

**CH-4056 Basel**