Januar 2027

04.01. - 08.01. täglich abends	**Kontemplation intensiv**	**digital**
12.01. 14:00 - 19:00	**Workshop: Exerzitien im Alltag planen u. durchführen**	**Hattingen** MZ
15.01. - 26.09.	**Geistliche Wegbegleitung Kurs in fünf Modulen**	**Hattingen** WiMiBi
28.01. 18:30 - 19:30	**Bewegung in Stille**	**Essen** Dom
29.01. 17:00 - 19:30	**Kontemplation - Brunnenzeit**	**digital**
30.01. 15:00 - 17:30	**Kontemplation - Brunnenzeit**	**Bottrop** MZ MMS

Februar 2027

04.02. 19:00 - 21:15	**Queer Joy - Impulse für die eigene Spiritualität**	**Essen** KEFB
06.02. 10:00 - 17:00	**Meditieren lernen - in Bewegung**	**Hattingen** MZ
10.02. 18:30	**Kurzimpuls für Menschen mit Erschöpfungserkrankungen**	**digital**
13.02. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
14.02. 14:00 - 19:00	**Stimme entdecken, Bibel neu erleben - Workshop für Gesangsbegeisterte**	**Hattingen** MZ
16.02. 19:00 - 21:00	**Kunst meets Spiritualität**	**Hattingen** MZ
19.02. 15:00 - 19:00	**Herzensyoga - Tief entspannen**	**Hattingen** MZ

März 2027

05.03. 19:00 - 20:00	**Raum für Risse - Wege der Hoffnung**	**Essen** Dom
11.03. 19:30 - 21:30	**Soulfire - Männer am Feuer**	**Hattingen** Refugium
12.03. 18:00 - 20:00	**Schnupperabend Spiritual Move - Sich achtsam bewegen und bei sich ankommen**	**Hattingen** MZ
13.03. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
13.03. 10:00 - 15:00	**Trauer to go - Mit der Trauer auf dem Pilgerweg**	**Essen** Dom bis Schloss Borbeck
13.03. - 14.03.	**Herzensyoga - Mitgefühl und Liebe einladen**	**Rheine** KUBUS
21.03. 14:00 - 18:00	**Sinn(en)zeit im Frühling – Wandern in Gemeinschaft**	**Bottrop**
25.03. - 28.03.	**Kar- und Ostertage mit Familien**	**Essen** St. Altfrid

April 2027

03.04. 10:00 - 16:00	**Soulwalk - Männer auf dem Weg**	**Pilgerweg im Bistum Essen**
10.04. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
13./ 20./ 27.04. 18:00 - 20:00	**Spritual Move - Sich achtsam bewegen und bei sich ankommen**	**Hattingen** MZ
17.04. 10:00 - 16:00	**Meditieren lernen - auf der Straße**	**Bochum**
17.04 - 18.04.	**Spirituell wachsen mit dem Enneagramm - Vertiefungskurs**	**Hattingen** MZ
25.04. 15:00 - 19:00	**Herzensyoga - Verwurzelt und lebendig**	**Hattingen** MZ

Mai 2027

04.05. 18:30	**Kurzimpuls für Menschen mit Erschöpfungserkrankungen**	**digital**
08.05. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
11.05. 19:00 - 21:00	**Kunst meets Spiritualität**	**Hattingen** MZ
22.05. - 05.07.	**Was mich trägt - Übungsweg mit Mystikern der Weltreligionen**	**Hattingen** MZ **und digital**
26.05. - 30.05.	**Kurz-Retreat: Meditieren in Stille und Bewegung**	**Rheine** KUBUS

Juni 2027

04.06. 19:00 - 20:00	**Raum für Risse - Wege der Hoffnung**	**Essen** Dom
05.06. u. 11.06.	**Verbunden mit der Natur - Workshop Schöpfungsspiritualität und Nachhaltigkeit**	**Münster / Essen**
06.06. 10:00 - 16:00	**Meditieren lernen - mit der Bibel**	**Oberhausen** Haltestelle Liebfrauen
10.06. 18:30 - 19:30	**Bewegung in Stille**	**Essen** Dom
12.06. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
19.06. 14:00 - 18:00	**Sinn(en)zeit im Sommer - Wandern in Gemeinschaft**	**Bottrop** MZ MMS
21.06. - 23.06.	**Spiritueller Triathlon: Yoga, Bogenschießen und Meditation**	**Hattingen** MZ
26.06. 15:00 - 17:30	**Kontemplation - Brunnenzeit**	**Bottrop** MZ MMS

v.l.n.r. Stephan Trescher, Sr. Beate Harst, Klaus Kleffner, Pia Laurich, Ute Schäfer

Gönn dir eine Auszeit.

Du suchst
- nach Erholung und Ruhe
- nach Zeit für dich, deine Fragen und Lebensthemen
- nach Stärkung und Vertiefung im Glauben
- nach einer spürbaren Verbindung zum Göttlichen

Dafür Räume zu eröffnen, ist unsere Leidenschaft.

Uns ist wichtig, dich auf deinem ganz eigenen Weg zu begleiten. Eine Vielfalt von spirituellen Angeboten haben wir im Programm und laden dich ein zu schauen, was für dich passt:

Meditativ, in Stille, mit Austausch, in der Natur, biblisch, mit Bewegung, kreativ ...?

Als Schnuppertag, online, für eine ganze Woche, als kurzes Abendangebot, über Silvester, als Fortbildung ...?

Viel Freude beim Stöbern!
Wir freuen uns auf dich!

Dein team exercitia

Pia Laurich · Sr. Beate Harst · Klaus Kleffner · Ute Schäfer · Stephan Trescher

BISTUM ESSEN

Kontakte

02324/39197-0
team.exercitia@bistum-essen.de
team-exercitia.de

Sekretariat Ute Schäfer
Mo. bis Do.: 8:00 – 16:00 Uhr
Fr.: 8:00 – 15:00 Uhr

Refugium team exercitia
Sekretariat, Büros, Gastzimmer und Gesprächsräume
Thingstraße 41
45527 Hattingen-Welper

Meditationszentrum (MZ)
Kursräume von team exercitia und Leben aus der Mitte
St.-Josef-Str. 2
45527 Hattingen-Welper

Willi-Michels-Bildungsstätte (WiMiBi)
Bildungshaus für viele unserer mehrtägigen Veranstaltungen
Rathenaustr. 59b
45527 Hattingen-Welper

Meditationszentrum der Missionsärztlichen Schwestern (MZ MMS)
Scharnhölzstr. 37
46236 Bottrop

Bleib auf dem Laufenden
und melde dich für unseren Newsletter an.

Dieser Folder wurde auf 100% Altpapier gedruckt.

Spirituelle Angebote 2027

Gönn dir eine Auszeit.

team-exercitia.de

team exercitia

Juli 2027

02.07. 17:00 - 19:30	**Kontemplation - Brunnenzeit**	**digital**
04.07. 09:00 - 17:00	**Gott jenseits von Schubladen - Queere Impulse für die eigene Spiritualität**	**Hattingen** MZ
04.07. - 10.07. täglich abends	**Kontemplation intensiv**	**Bottrop** MZ MMS
08.07. 19:30 - 21:30	**Soulfire - Männer am Feuer**	**Hattingen** Refugium
10.07. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
16.07. - 18.07.	**Natur plus Trauer für Frauen - BlütenWirbel BlätterSturm**	**Hattingen** WiMiBi
16.07. - 25.07.	**Exerzitien auf der Straße**	**Oberhausen**
18.07. 15:00 - 19:00	**Herzensyoga - Go with the flow**	**Hattingen** MZ
25.07. - 31.07.	**Ignatianische Einzelexerzitien**	**Bochum** Kloster Stiepel

August 2027

08.08. - 14.08.	**Kontemplation im Sommer**	**Warendorf** Kloster Vinnenberg
14.08. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
30.08. - 03.09.	**Tage der Begegnung für Ordenschristen verschiedener Nationen**	**Dinklage** Benediktiner-innenabtei
31.08. 19:00 - 21:00	**Kunst meets Spiritualität**	**Hattingen** MZ

September 2027

02.09. 11:30	**Kurzimpuls für Menschen mit Erschöpfungserkrankungen**	**digital**
04.09. - 11.09.	**Kontemplative Exerzitien**	**Wilhelmsthal** Haus Gries
05.09. - 11.09.	**Meditations-Retreat für junge Menschen – Kontemplative Exerzitien**	**Senden - Venne**
10.09. 19:00 - 20:00	**Raum für Risse - Wege der Hoffnung**	**Essen** Dom
11.09. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
11.09. 10:00 - 15:00	**Trauer to go - Mit der Trauer auf dem Pilgerweg**	**Gladbeck bis Bottrop**
16.09. 18:30 - 19:30	**Bewegung in Stille**	**Essen** Dom
17.09. 18:00 - 21:00	**Männerabend mit Gespräch und Besinnung**	**Hattingen** Refugium
18.09. 14:00 - 18:00	**Sinn(en)zeit im Herbst - Wandern in Gemeinschaft**	**Bottrop** MZ MMS
22.09. u. 10.11.	**Achtsamkeitsübungen anleiten - Fortbildung in zwei Modulen**	**Hattingen** MZ
25.09. 10:00 - 16:30	**Tag der Achtsamkeit für Menschen in Trauer**	**Hattingen** MZ

Oktober 2027

02.10. 09:30 - 17:00	**Meditatives Bogenschießen**	**Hattingen** MZ
04.10. - 08.10.	**Meer-Zeit für mich - Retreat für junge Menschen**	**Insel Texel**
08.10. - 10.10.	**Besinnungswochenende mit Ikonen-Malen**	**Hattingen** WiMiBi
09.10. 09:30 - 16:00	**Meditieren lernen - in der Natur**	**Bottrop** MZ MMS
09.10. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
11.10. - 17.10.	**Auszeit mit Stille & Meditation - Kontemplative Exerzitien**	**Hattingen** WiMiBi
15.10. 18:00 - 20:00	**Schnupperabend Spiritual Move - Sich achtsam bewegen und bei sich ankommen**	**Hattingen** MZ
16.10. 10:00 - 17:00	**Wenn Geschichten mein Leben berühren - Bibliodramatag**	**Hattingen** MZ
23.10. 10:30 - 17:00	**Herzensyoga - Stark und stabil**	**Hattingen** MZ

November 2027

04.11. 19:30 - 21:30	**Soulfire - Männer am Feuer**	**Hattingen** Refugium
05.11. 17:00 - 19:30	**Kontemplation - Brunnenzeit**	**digital**
06.11. 15:00 - 17:30	**Kontemplation - Brunnenzeit**	**Bottrop** MZ MMS
09.11. 19:00 - 21:00	**Kunst meets Spiritualität**	**Hattingen** MZ
13.11. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
14.11. 10:30 - 17:00	**Singen und Stille - Freies Singen und Meditation**	**Hattingen** MZ
15.11.2027 - 15.06.2029	**Fortbildung Geistliche Begleitung**	**Hattingen** WiMiBi
16./ 23./ 30.11. 18:00 - 20:00	**Spritual Move - Sich achtsam bewegen und bei sich ankommen**	**Hattingen** MZ
19.11. 19:00 - 20:00	**Raum für Risse - Wege der Hoffnung**	**Essen** Dom
20.11. 10:00 - 17:00	**Meditieren lernen - in Stille**	**Hattingen** MZ
25.11. 18:30 - 19:30	**Bewegung in Stille**	**Essen** Dom
27.11. - 28.11.	**Freier werden von inneren Kritikern - Selbstmitgefühlskurs**	**Hattingen** MZ

Dezember 2027

03.12. 16:00	**Kurzimpuls für Menschen mit Erschöpfungserkrankungen**	**digital**
03.12. 17:00 - 19:30	**Kontemplation - Brunnenzeit**	**digital**
04.12. 15:00 - 17:30	**Kontemplation - Brunnenzeit**	**Bottrop** MZ MMS
11.12. 09:30 - 17:00	**Oasentag**	**Hattingen** MZ
18.12. 14:00 - 18:00	**Sinn(en)zeit im Winter - Wandern in Gemeinschaft**	**Bottrop** MZ MMS
30.12.2027 - 01.01.2028	**Stille Meditationstage über Silvester**	**Rheine** KUBUS

Regelmäßige Kurzveranstaltungen

Mi und Do 18:30 - 19:30	**Meditation**	**Bottrop** MZ MMS
Mi 19:00 - 20:00	**Gebet in der Stille - Gemeinsam meditieren**	**Hattingen** MZ
1. und 3. Mo im Monat 19:00 - 20:30	**Meditation und Interaktion**	**Hattingen** MZ
1 x im Monat mittwochs 18:30 - 19:30	**Hoffnung tanken am Abend**	**Bottrop**
1. Di im Monat 18:00 - 19:00	**Bibelteilen zum Evangelium vom kommenden Sonntag**	**digital**

Für Mitarbeiter*innen des Bistums Essen

Folgende Veranstaltungen des Spiri*Teams (Spirituale für die pastoralen Berufsgruppen) stehen allen offen, die beim Bistum angestellt sind.

11.02. 09:30 - 17:00	**Innehalten zu Beginn der Fastenzeit**	**Hattingen** MZ
26.05. 09:30 - 18:30	**Oasentag für jüngere Priester**	**Hattingen** MZ
31.05. - 04.06.	**Tage der Begegnung - Klosterzeit**	**Dinklage** Benediktiner-innenabtei
07.06. - 11.06.	**Exerzitien für Priester und Diakone im Ruhestand**	**Schwerte** Akademie
15.06. - 18.06.	**Geistliche Tage auf dem Fahrrad**	**Essen**
16.08. - 20.08.	**Geistliche Tage mit Karate**	**Meschede** Abtei Königs-münster
19.09. - 24.09.	**Windwärts – Segelauszeit in den Niederlanden**	**Harlingen**
18.10. - 22.10.	**Insel-Oasentage "Jede siebte Welle"**	**Wangerooge**
02.12. 09:30 - 17:00	**Innehalten zu Beginn der Adventszeit**	**Hattingen** MZ

Weitere spirituelle Angebote

Leben aus der Mitte – Christliche Zen-Kontemplation
leben-aus-der-mitte.de

Deutschlandweite Infoseite für Exerzitienkurse
exerzitien.info

Spirituelle Auszeiten für Familien
familienexerzitien.de

Auf Anfrage

Retreat auf Probe	**Hattingen** Refugium
Einzelexerzitien nach Maß	**Hattingen** Refugium
Geistliche Einzelbegleitung	**Hattingen** Refugium **und andere Orte**
Spirituelle Auszeiten und Oasentage für Gruppen	**nach Vereinbarung**
Begleitung für Gruppen, Gremien und Teams	**nach Vereinbarung**
Straßenexerzitientag - Für Teams und Gremien im CLM-Prozess	**nach Vereinbarung**
Workshop: Umgang mit Trauer und Frust in Gremien, Gruppen und Teams	**nach Vereinbarung**
Workshop: Gemeinsam gut Entscheidungen treffen	**nach Vereinbarung**
Workshop: Spirituelle Elemente für Gremien, Gruppen und Teams	**nach Vereinbarung**

Infos und Anmeldung

team-exercitia.de

Unsere Anmeldefristen sind:
für Tagesveranstaltungen zwei Wochen, für Mehrtageskurse acht Wochen vor Kursbeginn. Weitere Infos finden sich in unseren AGBs auf team-exercitia.de.

Alle sind willkommen! Bei besonderen Bedarfen sprich uns gerne an – gemeinsam schauen wir, was sich ermöglichen lässt.