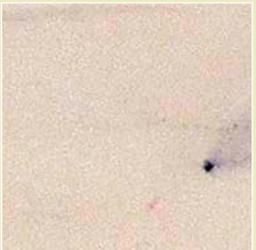


# gemeinsam lebendig ... ... Spiritualität erfahren

Edith-Stein-Exerzitenhaus

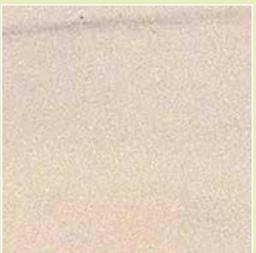
**Angebote für Frauen von Frauen | 2020**



## Liebe Frauen!

Mit unseren Angeboten der „Frauenspiritualität 2020“ (einem Auszug aus unserem Edith Stein-Exerzitiengprogramm) laden wir Sie ein, Ihren Glauben neu und vertieft zu entdecken. Wir möchten Sie begleiten und ermutigen, ihn mit anderen Menschen zu teilen, zu leben und die Gegenwart Gottes zu erfahren. Wir orientieren uns dabei an Jesus Christus, der verheißt, dass Gottes Geist in uns wirkt. Wir wollen dazu den Raum öffnen!

Ihre Dr. Hedwig Lamberty, Referentin



## In Übergängen Gott begegnen

*Besinnungswochenende*

Übergänge begleiten unser ganzes Leben. Oft sind sie fließend und wir schenken ihnen nicht viel Aufmerksamkeit. Manchmal aber verändern sie unser Leben deutlich. In Übergängen ordnen wir unser Leben und bringen es in eine neue Richtung.

Biblische Impulse · gemeinsamer Austausch · die Erfahrung von Stille und Klang

Inge Steiger  
Supervisorin

**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 120 EUR

**31.01.2020 - 02.02.2020 |  
Fr 17 bis So 15 Uhr**



## Wie ein Baum, am Wasser gepflanzt ... (nach Jer 17,8)

*Malwochenende*

Farben wachsen ins Leben. Der Baum, biblisches Urbild des Wachsens, des Entstehens und des Reifens. Wir fühlen uns malend ein in das archetypische Bild des Baumes und schaffen neuen Raum für Gotteserfahrung.

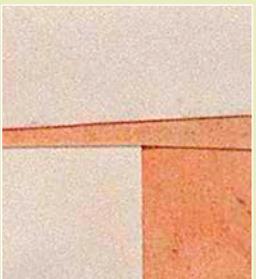
Erfahrungen in künstlerischen Techniken sind nicht erforderlich.  
Bibelarbeit · spontanes Malen · Collagetechnik ·  
Wahrnehmungsübungen · Austausch

Petra Brenig-Klein, Geistliche  
Begleiterin; Elvira Schmitz,  
Kunsttherapeutin

**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 120 EUR  
(+ 20 EUR Material)

**15.05.2020 - 17.05.2020 |  
Fr 18 bis So 15 Uhr**



## Du hast mein Klagen in Tänzen verwandelt (Ps 30,12)

*Tanzwochenende*

Ruhige, zentrierende und heitere Tänze um eine Mitte im Kreis ermöglichen uns, statt der häufig erlebten Zersplitterung die ersehnte Einheit und Freude zu spüren.

Wir beschreiben verschiedene Wege um loszulassen, was uns beschwert. In Achtsamkeit mit uns selbst nehmen wir auch die anderen liebevoll wahr und öffnen uns für die Gegenwart Gottes.  
Tänze · Körper- und Atemwahrnehmung · Texte und Gebete aus der christlichen Mystik

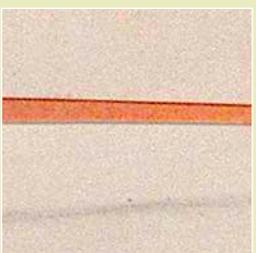
Gisela Preutenborbeck

Meditationsleiterin, Tanzlehrerin

**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 120 EUR

**05.06.2020 - 07.06.2020 |  
Fr 17.15 bis So 14 Uhr**



## Laudato si - sei gepriesen! (Hl. Franziskus)

*Meditatives Malwochenende*

Das einzigartige Schöpfungslied des Hl. Franziskus ist die Grundlage. Wir lesen und meditieren den Text und lassen die dazu entstehenden inneren Bilder in uns aufsteigen und bringen sie zu Papier. Aquarell-, Gouachefarben und Tusche sind unsere Materialien.

Es sind keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich, Material wird bei Bedarf gestellt.  
Impulse · Malen · Austausch · Achtsamkeitsübungen · Stille und Gebet

Irene Gantke

Künstlerin, Kunstpädagogin

**Ort:** Katholisch-Soziales Institut,  
Siegburg

**Kosten:** 140 EUR  
(+ ca. 20 EUR Material)

**19.06.2020 - 21.06.2020 |  
Fr 18 bis So 15 Uhr**



## Bibel - die unendliche Geschichte der Liebe Gottes zu den Menschen

*Meditatives Tanzwochenende*

Wir wollen uns diesem Thema nähern in Texten, Tänzen und Gebärden, mit Leib und Seele.

Christel Stahl

Tanzpädagogin

**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 120 EUR

**21.08.2020 - 23.08.2020 |  
Fr 18 bis So 15 Uhr**

### Anmeldung

Ich melde mich hiermit zu folgenden Veranstaltungen verbindlich an.

Thema	Datum
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Ich möchte den Newsletter per E-Mail erhalten, bitte an diese Emailadresse versenden:

# gemeinsam lebendig ...

Angebote für Frauen von Frauen | 2020



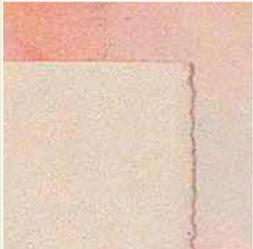
## Höre, meine Tochter

### Einzelexerzitien

Exerzitien sind ein Weg, der Beziehung zu Jesus Christus nachzugehen und sie zu vertiefen. Eingebunden in den Rhythmus und die Liturgie des Benediktinerinnenklosters eröffnet die Stille den Raum, den Ruf zur Nachfolge (neu) zu hören und zu bedenken.

Durchgehendes Schweigen · persönliche Gebetszeiten · Schriftbetrachtung · begleitetes Einzelgespräch

Dorothea Koch ·  
Gemeindereferentin/Geistliche Begleiterin  
Hildegard Müller-Brünker  
Theologin/ Geistliche Begleiterin  
**Ort:** Abtei vom Heiligen Kreuz,  
Beverungen-Herstelle  
**Kosten:** 450 EUR  
[est-ex@erzbistum-koeln.de](mailto:est-ex@erzbistum-koeln.de)  
**07.09.2020 - 13.09.2020 |**  
**Mo 17 bis So 14 Uhr**



## Ich - auf dem Weg zu mir selbst

### Der eigenen Berufung auf die Spur kommen

Wer bin ich? Wohin geht meine Sehnsucht? Gibt es so etwas wie eine Lebensspur, die sich durch mein Leben zieht - auch wenn ich sie vielleicht noch nicht sehe?

Die Anforderungen des Alltags lassen wir hinter uns und gönnen uns viel Zeit, diesen Fragen nachzugehen.

Biblische Impulse · Elemente des Berufungscoachings · Austausch · persönliche Zeiten · Kreatives

Sylvia Dörnemann  
Dipl.-Theologin, Berufungscoach  
**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach  
**Kosten:** 120 EUR  
**11.09.2020 - 13.09.2020 |**  
**Fr 18 bis So 15 Uhr**



## Vollende deine Geburt

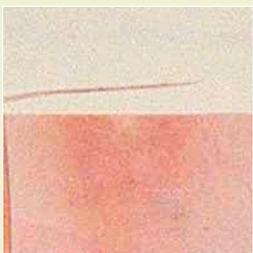
### Besinnungswochenende

Vom ersten Moment unseres Lebens leben wir auf unseren Tod hin. Liegt in unserer Endlichkeit nur Endgültigkeit oder die Hoffnung auf Unendlichkeit und ewiges Leben?

Was bewegt, hindert oder ängstigt uns, den eigenen Tod in den Blick zu nehmen, damit er uns nicht „plötzlich und unerwartet“ trifft?

Sie sind eingeladen der Verheißung nachzuspüren, dass wahres Leben nach dem Tod erst beginnt.

Inge Steiger  
Supervisorin  
**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach  
**Kosten:** 120 EUR  
**02.10.2020 - 04.10.2020 |**  
**Fr 17 bis So 15 Uhr**



## Wenn ich schwach bin, dann bin ich stark ... (2 Kor 12,9)

### Besinnungswochenende

Schwach sein und Scheitern – jede kennt es – aus den unterschiedlichsten Lebenskontexten – und dennoch ein Tabu. Die Annäherung an unsere Widerstände und unsere eigene Deutung des Scheiterns führen uns zu uns selbst. So kann aus Scheitern Neues wachsen.

Biblische Impulse · Austausch · Einzelarbeit · kreative Methoden

Frauke Fischer · Systemisch,  
lösungsorientierte Beraterin,  
Trainerin, Coach & Mediatorin  
**Ort:** Katholisch-Soziales Institut,  
Siegburg  
**Kosten:** 140 EUR  
**09.10.2020 - 11.10.2020 |**  
**Fr 18 bis So 14 Uhr**



## ...nur Stille und Vertrauen verleihen euch Kraft (Jes 30,15)

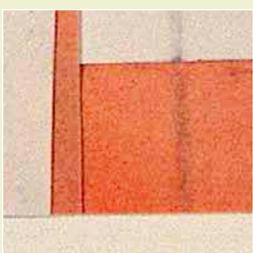
### Besinnungstage

Eutonische Übungen und Meditationen tragen dazu bei, sich ganzheitlich zu erfahren.

Durch die angebotenen, wiederkehrenden Zeiten der Stille wächst das Vertrauen in die Verbundenheit mit unserem Schöpfer.

Wir erfahren eine Annahme und Stärkung unseres Lebens und können es aus der Mitte heraus kraftvoll gestalten.

Maria-Therese Stein  
Leiterin von Eutoniekursen  
**Ort:** Katholisch-Soziales Institut,  
Siegburg  
**Kosten:** 140 EUR  
**06.11.2010 - 08.11.2020 |**  
**Fr 18 bis So 15 Uhr**



## Meine Seele ist stille in Gott (nach Ps 62,2)

### Besinnungswochenende

Die Meditation der Achtsamkeit und die Zeiten der Stille in der Gemeinschaft schenken zunehmende Nähe zu mir selbst und auch zu den Menschen im Kreis.

Im Sacred Dance, der heil-ig-enden Bewegung erlebe ich Leichtigkeit und Freude und ein tiefes Berührt-sein

Mit Texten und Gebeten aus der Mystik vertieft sich diese Hinwendung zu Gott.

Gisela Preutenborbeck  
Meditationsleiterin, Tanzlehrerin  
**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach  
**Kosten:** 120 EUR  
**13.11.2020 - 15.11.2020 |**  
**Fr 17.15 bis So 14 Uhr**

**Informationen** zu den Kursen erhalten Sie bei Dr. Hedwig Lamberty,  
Tel.: 0221 - 16 42 16 49 oder e-mail: [frauenpastoral@erzbistum-koeln.de](mailto:frauenpastoral@erzbistum-koeln.de)

Für **Geistliche Begleitung** oder **Trauerbegleitung** - Kontakt: Dr. Hedwig Lamberty

**Anmeldung** zu den Kursen nur schriftlich auf anhängender Karte oder per e-mail an:  
[frauenpastoral@erzbistum-koeln.de](mailto:frauenpastoral@erzbistum-koeln.de)

Die **Zahlung** erfolgt ausschließlich über Lastschrifteinzug (Voraussetzung für die Teilnahme). Eine verbindliche Zu- oder Absage erhalten Sie ca. 6 Wochen vor Kursbeginn. Die Gebühr wird nach dem Kurs eingezogen.

**Weitere Angebote** finden Sie im Programm des Edith-Stein-Exerzitienhauses.

Tel.: 0221 - 16 42 16 54 oder [info@edith-stein-exerzitienhaus.de](mailto:info@edith-stein-exerzitienhaus.de)

Bei finanzieller Notlage kann ein Antrag auf Zuschuss gestellt werden.  
**Kontakt:** Dr. Hedwig Lamberty.

**Impressum**  
Erzbistum Köln | Generalvikariat  
Hauptabteilung Seelsorge  
Abteilung Erwachsenenseelsorge  
Referat Geistliches Leben  
Marzellenstraße 32, 50668 Köln  
V.i.S.d.P.: Dr. Philipp Wittmann  
Redaktion: Dr. Hedwig Lamberty  
Layout: [sensum.de](http://sensum.de) | Wiesbaden

Bitte diesen Abschnitt ausfüllen, abtrennen und in einem verschlossenen Umschlag an die angegebene Adresse senden!



Ich ermächtige das Erzbistum Köln Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Erzbistum Köln/Bildungswerk der Erzdiözese Köln, auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen beginnend mit dem Belastungsdatum die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die Beträge und Fälligkeiten der Lastschriften ergeben sich aus dem hiermit geschlossenen Vertragsverhältnis. Die Mandatsreferenz wird durch den Gläubiger vergeben und ist bei der ersten Lastschrift im Kontoauszug ersichtlich.

Nachname, Vorname

IBAN

Str., Nr.

PLZ, Ort

Telefon/E-Mail

Datum, Unterschrift

Erzbistum Köln | Generalvikariat  
Frauenspiritualität  
Marzellenstraße 32  
50668 Köln