

Die „**Ökumenischen Exerzitien im Alltag**“ sind ein spiritueller Übungsweg und bieten Raum für diese Sehnsucht. Sie laden ein, sich selbst Zeit zu schenken, damit Sie bei sich und bei Gott sein können – einfach so, weil es bereichernd und heilsam ist - auch für Ihre zwischenmenschlichen Beziehungen. Zusätzlich treffen sich die Teilnehmer:innen jede Woche in einer festen Gruppe, um ihre Erfahrungen in dieser besonderen Zeit auszutauschen.

Im Hier und Jetzt sein,
sich wahrnehmen,
wie man im Augenblick da ist,
sich annehmen, so wie man ist,
und auf Bewertungen verzichten.

...

Gott ist immer da,
an jedem Ort, in jedem Augenblick,
im Herzen eines jeden Menschen.
Aufmerksam zu sein für sich,
ist eine Chance, mit Gott in Beziehung zu treten.

Ökumenische Exerzitien im Alltag 2026



Bildnachweis: Florian Ihsen

Ökumenische Exerzitien im Alltag

„Hinaus in die Tiefe“
(Lukas 5,4)

sind ein spirituelles Angebot in der Fastenzeit für alle, die sich auf Ostern vorbereiten wollen.

Termine der gemeinsamen Treffen: Mittwoch,
25. Feb., 4. März, 11. März, 18. März, 25. März 2026
19.30 Uhr in der Immanuel-Kirche, Allensteiner Str.7

Begleitung:

Pfarrerin Christine Heilmeier

Sr. Katharina Böller, Gemeindereferentin

Christine Pschorr

Jutta Dinkel, Gesundheitspädagogin

Unkosten: 10 €

Anmeldung: bis 18. Februar 2026

bei Pfarrerin Christine Heilmeier christine.heilmeier@elkb.de
oder im Pfarrbüro Immanuel

Anmeldung zu den Exerzitien im Alltag 2026

Name: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

☐ Ich komme zu den Treffen in Immanuel und bestelle das Begleitheft.

☐ Ich möchte nur das Begleitheft und mache die Exerzitien für mich.