

Auszeittage für pastorale Mitarbeiter*innen

sowie Männer und Frauen in soziale Diensten

Termin: Mo 4. März, 18:00 Uhr – Fr 8. März 2019, 13:00 Uhr

in Eriskirch-Moos

Die Apostel kamen zu Jesus zurück. Sie berichteten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. Und er sagte zu ihnen: „Kommt mit an einen ruhigen Ort, nur ihr allein, und ruht euch ein wenig aus.“ Denn ständig kamen und gingen die Leute und sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen. (Markus 6,30 f)

Hauptamtlich in der Kirche oder in sozialen Einrichtungen zu arbeiten, ist vielseitig und erfüllend, kostet aber auch viel Kraft. Berufliche Belastungen oder persönliche Krisen können an die Grenze zur Erschöpfung führen.

Arbeiten und Ausruhen, Geben und Nehmen, geäußerte und unterschwellig gesendete Erwartungen widersprechen oft den eigenen Bedürfnissen. Die Vielfalt der Aufgaben lässt wenig Raum für notwendige Klärungs- und Entscheidungsprozesse. Die gelebte Dauerpräsenz verhindert die Möglichkeit zu Rückzug und Regeneration. Über kurz oder lang kann das zu chronischem Stress und zu Erschöpfung führen. Damit es nicht so weit kommt bzw. damit sich dieser Zustand nicht verfestigt, laden wir Sie ein zu einer Zeit der körperlichen und seelischen Regeneration, zur beruflichen Klärung und zur geistlichen Vergewisserung.

In Gesprächen und praktischen Übungen erkennen und üben Sie Wege, Ihre Belastungsfaktoren zu reduzieren und Ihre Ressourcen besser zu nutzen. Körperorientierte und kreative Angebote fördern Ihre Widerstandskraft (Resilienz) und setzen Energien frei.

Der Bodensee hält eine weitere Ressource zur Erholung bereit. Die geistliche Einzelbegleitung eröffnet einen geschützten Raum zum Gespräch über ihren Glaubensweg. Die regelmäßigen Gebetszeiten in der Kapelle des Gästehauses sind eine Möglichkeit, sich vom Wort Gottes berühren zu lassen und die Wirkkraft des Gebets neu zu erfahren.

Eine kleine Gruppe (max. 7 Teilnehmer) lässt die Möglichkeiten von Gemeinschaftserfahrung oder auch Rückzug zu.

Diese Auszeit soll vor der Entstehung von Krankheiten ansetzen. Sie stellt keine Therapie im medizinisch-klinischen Sinne dar und ist auch nicht geeignet, eine medizinisch notwendige Therapie zu ersetzen.

Begleitung: Sr. Dorothee Laufenberg, SSpS

Kosten: 360,00 EUR im Komfort-Einzelzimmer oder 340,00 EUR im Einzel-Pilgerzimmer zuzüglich 150,00 EUR Kursgebühr

Info und

Anmeldung: bitte frühzeitig bei
Steyler Missionarinnen
Gästehaus St. Theresia
Moos 2, 88097 Eriskirch
Telefon: 07543 – 30 25 427
info@gaestehaus-sankt-theresia.de
www.gaestehaus-sankt-theresia.de