

Exerzitien im Alltag

... unterbrechen Routine

... vertiefen die täglichen Abläufe

... befreien aus dem Hamsterrad

... helfen bewusst zu leben

Exerzitien im Alltag

sind ein Übungsweg, auf dem wir die Gegenwart Gottes mitten in unserem alltäglichen Leben entdecken, Kraft schöpfen und neuen Geschmack an Leben und Glauben finden können.

Es geht darum, Christ sein im „wirklichen“ Leben einzuüben, indem wir uns an Jesus Christus und seiner Botschaft orientieren und uns ganz persönlich auf ihn einlassen.

*„Nur wenige Menschen ahnen,
was Gott aus ihnen machen würde,
wenn sie sich seiner Führung
rückhaltlos anvertrauen.“*

(Ignatius v. Loyola)

Einführungstreffen

Mittwoch 03. Februar 2016

17:30 - 19:00 Uhr

Die Teilnehmer/innen lernen den Weg der Exerzitien im Alltag kennen und gehen bereits erste Schritte. Am Ende steht die Entscheidung, ob man den Exerzitienweg mitgehen möchte.

Tägliche persönliche Gebetszeit

Nach vorgegebener Anleitung eine freie Gebetszeit am Morgen und ein Tagesrückblick am Abend.



Wöchentliche Gruppentreffen

Mittwoch 17:30 ca. 1^{1/2} Std.



17. Februar 2016

24. Februar 2016

02. März 2016

09. März 2016

16. März 2016

Austauschrunde

Abschlusstreffen

Mittwoch 06. April 2016

17:30 Uhr

Ein letztes Treffen der Gesamtgruppe mit Rückblick auf den gemeinsamen Weg und (liturgische) Feierelemente schließen die Exerzitien im Alltag ab.

beherzt leben

Papst Franziskus hat ein „Jahr der Barmherzigkeit“ ausgerufen: Anlass ist der 50. Jahrestag des Abschlusses des II. Vatikanischen Konzils.

„Barmherzigkeit“ ist kein alltägliches Wort im heutigen Sprachgebrauch: Oft wird es mit Mitgefühl übersetzt, was es aber auch nicht ganz trifft. Wir wollen gemeinsam erkunden, was es in unserer Zeit für uns heute bedeutet.

Die Exerzitien im Alltag sind ein ideales Trainingsprogramm: Nicht für Muskel am Bizeps oder für Bauch, Beine, Po. Sondern für's Herz.

Mit ihnen lässt sich üben, vertiefen, ins eigene Leben integrieren, was „Barmherzigkeit“ meint. Ein Herz für Menschen haben, weil Gott ein Herz für uns hat.

Ich wünsche Ihnen viel Freude mit diesem Fitness-Programm der Diözese Innsbruck für Körper, Geist und Seele.

Diakon Wolfgang Schu

Programm:

Woche 1: **Von Gott geliebt**

Woche 2: **Du gehörst dazu –
Ich höre dir zu**

Woche 3: **Ich rede gut über dich –
Ich gehe ein Stück mit dir**

Woche 4: **Ich teile mit dir –
Ich besuche dich**

Woche 5: **Ich bete für dich**

Anmeldungen sind bis zum
Einführungstreffen am
03. Februar 2016 möglich.

Da wir die Begleithefte, für die wir
einen Kostenbeitrag von **8,50 €**
erheben, zuerst noch bestellen
müssen, würden wir uns über Ihre
frühzeitige Anmeldung freuen.

Die Treffen finden alle in den Räumen
des **Treffpunkt der Generationen**
„Tante Anna“
Vopeliusstraße 1,
66280 Sulzbach statt.

Begleitet werden die Treffen von
Diakon Wolfgang Schu
der Ihnen gerne auch im Vorfeld für
Rückfragen zur Verfügung steht.

Tel. dienstlich: 06897 / 578 552
Handy : 0151 / 55009512

Es laden herzlich ein:

**Caritasverband für Saarbrücken
und Umgebung e.V.**

**Bistum Trier
Dekanat Saarbrücken**

**Caritas Trägergesellschaft
Saarbrücken**

**Heiliges Jahr
der Barmherzigkeit
im
Dekanat Saarbrücken**



Anmeldungen:

**Alten- u. Pflegeheim St. Anna
Sulzbach**

St. Ingberter Str. 20
66280 Sulzbach / Neuweiler
Tel.: 06897 / 578-0,
Mail: info-sle@cts-mbh.de

beherzt leben
mit den Werken der Barmherzigkeit

*Du gehörst dazu
Ich höre dir zu
Ich rede gut über dich
Ich gehe ein Stück mit dir
Ich teile mit dir
Ich besuche dich
Ich bete für dich*

Neuformulierung von
Bischof Wanke/Erfurt



Exerzitien im Alltag