

Exerzitientag

Ein Tag ganz für mich

Termine:

08.Dezember 2026 in Kloster Armstorf
10.Dezember 2026 im St. Rupert in Traunstein
16.Dezember 2026 im Kloster Bernried
17.Dezember 2026 im Kloster Bernried

jeweils von 9.00 Uhr bis 16.30 Uhr

ERZDIÖZESE MÜNCHEN UND FREISING

Leitung: Luitgard Mittermaier
Fachstelle Spirituelle Begleitung

Erzdiözese München und Freising (KdöR), vertreten durch das Erzbischöfliche Ordinariat München,
Generalvikar Christoph Klingan, Kapellenstraße 4, 80333 München
Verantwortlich für den Inhalt: Ressort Bildung, Hauptabteilung Kindertageseinrichtungen
Bildnachweis: J.Hofmann UID-Nummer: DE811510756

Was wir uns Gutes tun:

Achtsamkeitsübungen und biblische Meditation

Körperwahrnehmung und Phantasiereise

Zeiten der Stille zur persönlichen Gestaltung

Möglichkeit zum Begleitgespräch mit der Leiterin

meditativer Gottesdienst

- Beginn mit Stehkaffee und Butterbrezen
- Gemeinsames Mittagessen
- Nachmittagskaffee

Unkostenbeitrag: 15 Euro
Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen

Sie können hierfür einen Freistellungstag für Exerzitien in Anspruch nehmen.

Kontakt:
Luitgard Mittermaier
E-Mail: LMittermaier@eomuc.de
Mobil: 0171-3193740

Anmeldung: bis 1.11.2026

Anmeldeformular unter:
www.kita-spiritualitaet.de

Anmeldungen senden an:
kita-spirituell@eomuc.de

„Nur die Ruhe ist die Quelle jeder großen Kraft.“
Fjodor Dostojewski