

Entschleunigung – vom Vielen zu weniger und zur Einfachheit

30. Mai – 2. Juni 2024

Wanderretraite



SONNENHOF
Haus der Stille
4460 Gelterkinden
www.sonnenhof-grandchamp.org

Entschleunigung und Einfachheit

An diesen Tagen werden wir täglich im Jura rund um den Sonnenhof 4 bis 5 Stunden wandern.

Wir wollen uns neu ansprechen lassen von der Schönheit der Landschaft, von Bibeltexten, dem Thema Entschleunigung und Einfacher Lebensstil und von allem, was uns auf den Wanderungen im Schweigen begegnet.

Der Sonnenhof in Gelterkinden ist als „Haus der Stille“ ein idealer Ort, um aus der Zerstreuung des Alltags in die Sammlung und zur Ruhe zu kommen.

Elemente der Retraite

- Durchgängiges Schweigen
- 4 – 5 Stunden gemütliches Wandern mit Pausen
- Austausch in der Gruppe
- Hinweise zur Meditation auf dem Weg
- Stundengebet mit den Schwestern morgens und abends
- Einzelgespräch

Was ist mitzubringen?

- Kleiner Rucksack
- Gute Wanderschuhe
- Eventuell Wanderstöcke
- Regenschutz
- Wasserflasche und Picknickdose

Beginn: **Donnerstag**, 30. Mai 17.00 Uhr
Ankunft ab 15.30 Uhr

Ende: Sonntag, 2. Juni 17.00 Uhr

Kosten: CHF 250.- bis 300.- (inkl. Busfahrten)

Leitung: Donat Oberson (kath. Theologe, Sozialarbeiter)

Anmeldung:

bis spätestens **15. Mai 2024**

SONNENHOF – Haus der Stille
Schwestern von Grandchamp

CH – 4460 Gelterkinden

Tel.: 061 981 11 12

sonnenhof@grandchamp.org

Ihre Anmeldung gilt als bestätigt, wenn Sie keinen gegenteiligen Bescheid erhalten.