

Aufbrechen und Heimkommen – zu Gott und zu mir selbst

30. April – 3. Mai 2026

Wanderretraite



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

Meditierend in Stille wandern: aufbrechen und heimkommen

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 *Aufbrechen und Heimkommen*, 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 der Weggemeinschaft morgens und abends
- Einzelgespräch

Was ist mitzubringen?

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

Beginn:

Donnerstag, 30. April 17.00 Uhr
(Anreise ab 15.00 Uhr möglich)

Ende: Sonntag, 3. Mai 17.00 Uhr

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

Leitung: Donat Oberson (kath. Theologe, Sozialarbeiter)

Anmeldung:

möglichst bis 15. April an

SONNENHOF – Haus der Stille
CH – 4460 Gelterkinden
Tel.: 061 981 11 12

sonnenhof@grandchamp.org

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