

**„Das Meer verliert sich nie.
Es zieht sich nur zurück,
um mit neuer Kraft
wiederzukehren -
wie die Gnade
in unserem Leben.“**

Auf der Nordseeinsel Wangerooge bestimmt ein uralter Rhythmus das Leben: Ebbe und Flut. Das Meer weicht zurück, gibt den Boden frei, offenbart das Verborgene und schafft Raum zum Aufatmen. Und unaufhaltsam kehrt es wieder, strömt in die trockenen Priele, glättet alle Spuren im Sand und schenkt neue, tiefe Fülle.

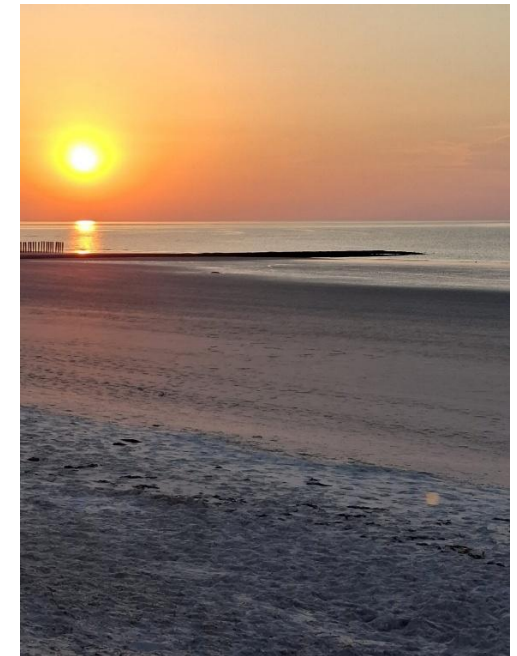
Unsere Tage auf der Insel laden dazu ein, sich diesem Rhythmus anzuvertrauen:

- *Die Ebbe wagen: Altes loslassen, still werden, den tragenden Grund unter den Füßen spüren*
- *Die Flut empfangen: Sich neu füllen lassen von Gottes Gegenwart, die uns wie das steigende Wasser umspült.*
- *Die Mitte finden: Mitten im Wechselspiel des Lebens einen festen Ankerplatz in Gott entdecken.*

Wir wollen im Schweigen, Meditieren und im Auf und Ab der Gezeiten unseren eigenen, heilsamen Takt finden.

Anmeldung senden an:
Sylvia Laumen
Katharina-Werk
Laufenstrasse 42
CH-4053 Basel

Inselexerzizien auf Wangerooge



„Im Wandel der Gezeiten“
Mit Gott auf den Rhythmus von
Ebbe und Flut lauschen

07.-14.02.2027
mit Sylvia Laumen &
Sr. Emmy Schwab



Inselexerzitionen mit Gemeinschaftselementen
vom 07.02.2027, 18.00 Uhr – 14.02.2027

Elemente:

- thematische Impulse und Übungen
- viel persönliche stille Zeit
- Zeit in der Natur
- gemeinsame Meditations- und Gebetszeiten
- begleitende Einzelgespräche
- durchgehendes Schweigen
- Möglichkeit zum Besuch der Inselgottesdienste
- Austauschrunden

Inselexerzitionen

Ort Haus Ansgar
Damenpfad 20
D-26486 Insel Wangerooge
Tel.: +49 4469 231
www.st-willehad.de
schlotmann@st-willehad.de

Kosten Pension: € 117.-pro Tag
EZ mit Dusche/ 4 Mahlzeiten
(Sonderkost + € 4.-/Tag) wird vor Ort bezahlt

Kursgeld: Inselexerzitionen: Fr. 380.-
Ermässigung auf Anfrage möglich.
Zahlung im Voraus mit EZ

Anreise Individuell – Informationen folgen

Leitung Sylvia Laumen,
Katharina-Werk
Laufenstrasse 42
CH-4053 Basel
Tel.: +41 78 919 11 23
s.laumen@katharina-werk.org

Sr. Emmy Schwab
Steppenblüte-Communität
Vogesenstrasse 89
CH-4056 Basel
Tel.: +41 79 284 85 58
sr.emmy@steppenbluetecommunitaet.ch

Anmeldung für die Inselexerzitionen auf Wangerooge 2027

Hiermit melde ich mich verbindlich an

☐ für die Inselexerzitionen vom 07.-14.02.2027

Name: _____

Vorname: _____

Geburtstag: _____

Adresse: _____

PLZ +Ort: _____

Tel./ Handy: _____

E-Mail: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung und ggfls. eine Vereinbarung für ein Vorgespräch.

Anmeldeschluss: 04.01.2027 – begrenzte Platzzahl! Bitte rechtzeitig absenden oder per Mail: s.laumen@katharina-werk.org